zwierciadło

9 (2003) **WRZESIEŃ 2013**
cena **9,90 zł** (w tym 8% VAT)

Andrzej Chyra
Są we mnie namiętności

Marta Lipińska
Bez gładkiego gadania

Ewa Woydyłło
Gdy życie przygniata

Claudia Cardinale
Jeśli chcę, to mogę

Karolina Wydra
Byłam żoną dr. House'a

SEKS *oralny* buduje więź w związku

Weronika Rosati
JESTEM DOJRZALSZA
MAM WIĘKSZY DYSTANS

TEMAT MIESIĄCA ELENI O MOCY ZAUFANIA I PRZEBACZENIA

ISSN 0514-0994 INDEKS 383767
09
9 770514 099302

CHANCE
CHANEL

WYBIERZ SWOJE SZCZĘŚCIE. ZATRZYMAJ JE!

www.chanel.com

CHANCE
CHANEL

ANJA RUBIK: KOLCZYKI ZE ZŁOTA Z DIAMENTAMI I PERŁAMI HODOWANYMI, WZ. 103.417. NASZYJNIK ZE ZŁOTA Z DIAMENTAMI I PERŁĄ HODOWANĄ, WZ. 103.417. ZAWIESZKA ZE ZŁOTA Z DIAMENTAMI I PERŁĄ HODOWANĄ, WZ. 109.182. KOLCZYKI ZE ZŁOTA Z DIAMENTAMI I PERŁAMI HODOWANYMI, WZ. 109.182. WWW.APART.PL

Pearl Anniversary

APART

Z MIŁOŚCI DO PIĘKNA

T

TWOIM
ZADANIEM
JEST
ODKRYWANIE
i s t o t y
TWOJEJ
PRACY,
aby następnie
ODDAĆ SIĘ JEJ
CAŁYM
SWOIM
s e r c e m.

BUDDA

ZDJĘCIE: 123RF.COM.

HUGO BOSS International Markets AG Phone +41 41 727 38 00 www.hugoboss.com
BOSS
HUGO BOSS
Warszawa BOSS Store C.H. Galeria Mokotów, ul. Wołoska 12 BOSS Store C.H. Złote Tarasy, ul. Złota 59

Magia życzeń

TO BYŁO JAK NATCHNIENIE, JAK WIELKA DAWKA NIEWYCZERPANEJ ENERGII, JAK RADOSNY KOPNIAK NA SZCZĘŚCIE NA NASTĘPNE WYDANIA.

Z okazji 2000. numeru „Zwierciadła" życzyliście nam m.in. kolejnych pokoleń czytelników, następnych tysięcy wydań, nieustannego prawdy odzwierciedlania i w lustro z radością spoglądania. Były też żartobliwe postulaty podwyżek o dwa tysiące dla każdego lub żeby krasnoludki robiły za nas wakacyjne numery.

Rymowanki, wyliczanki, dowcipne i na serio – wszystkie stały się dla nas zobowiązaniem. Czekaliśmy na każde i każde było dla nas świętem. I chociaż jest ich ponad tysiąc, czytaliśmy je wielokrotnie i wiele wciąż mamy w pamięci.

Przy okazji zabawy w życzenia dowiedzieliśmy się bowiem po raz kolejny, co jest dla Was w życiu ważne i czego w związku z tym oczekujecie od nas. Pisaliście o prawdzie o kobietach, o uczeniu się z nami bez pouczania, o przyjaźni, o inspiracjach, o marzeniach, o pięknie, o odwadze, o mądrości, o bezkompromisowości, o pasji, o kreatywności, o niepokorności i o wielu innych wartościach nam bardzo bliskich.

Pisząc te słowa na sierpniowych wakacjach na ukochanym półwyspie Hel, zamieniłam kilka słów ze znajomą filozofką, dobrym duchem i naszą czytelniczką. MIMOCHODEM PRZYPOMNIAŁA MI, ŻE NAJWAŻNIEJSZE SĄ ŻYCIE I MIŁOŚĆ.

I za te z serca płynące życzenia, w których zostaliśmy obdarowani sensem życia i swoistą miłością, bardzo Wam dziękujemy. Będziemy sobą. Tak jak sobie i nam tego życzycie.

Katarzyna Montgomery

ZDJĘCIE: MARIA ERIKSSON.

MAXMARA.COM

For information: OWL International Sp. z.o.o. (Max Mara Agency)
Tel. 022 636 60 16

MaxMara

zwierciadło

www.zwierciadlo.pl

adres redakcji: ul. Karowa 31a, 00-324 Warszawa, tel. 22 312 37 12, faks 22 312 37 21
sekretariat@zwierciadlo.pl; e-mail: pierwsza litera imienia.nazwisko@zwierciadlo.pl

KATARZYNA MONTGOMERY
redaktor naczelna

zastępcy redaktor naczelnej ANNA BIMER, KATARZYNA OLKOWICZ
dyrektor artystyczna JOLANTA MARCINKOWSKA-BIERZOŃSKA
zastępca dyrektor artystycznej AGNIESZKA NAROLSKA
sekretarz redakcji DARIUSZ JANISZEWSKI

ZESPÓŁ
RENATA ARENDT-DZIURDZIKOWSKA, ZOFIA FABJANOWSKA-MICYK *(kultura)*
ALINA GUTEK, TOMASZ JASTRUN, KATARZYNA LEWICKA-STACHOWICZ *(uroda)*
BEATA PAWŁOWICZ, DOMINIKA ZASŁONA-DUKIELSKA *(moda)*

STUDIO GRAFICZNE
BEATA CIURUŚ, MARTA NOSZKA-BUBAK *(butik kreatywny)* AGENCJA BIG RABBIT *(wersja elektroniczna)*
fotoedycja ANNA BEREZA, MAGDALENA SOBOTKA
fotografia RAFAŁ MASŁOW
korekta MAŁGORZATA HNAT

współpracownicy WOJCIECH EICHELBERGER, JANUSZ GAJOS, REMIGIUSZ GRZELA, ANNA JANKO
IWONA KOZAK, LECH KURPIEWSKI, SZYMON MAJEWSKI, DOROTA MASŁOWSKA, KATARZYNA MILLER, MARTA MIZURO
JOANNA ORZECHOWSKA (PARYŻ), JOANNA OZDOBIŃSKA (NOWY JORK), JUSTYNA POBIEDZIŃSKA
ZOFIA RÓŻYCKA, ANNA SERDIUKOW, JACEK SIERADZKI, MACIEJ STUHR, STACH SZABŁOWSKI
ALEKSANDRA SZWARC, DANIEL WYSZOGRODZKI

WYDAWNICTWO ZWIERCIADŁO SP. Z O.O.

zarząd KATARZYNA CIEPLAK, TAMARA SURMAN
dyrektor finansowa i główna księgowa EWA KĘPCZYŃSKA
zastępca głównej księgowej GRAŻYNA RAKOWSKA
księgowość JOLANTA CIEĆWIERZ, KATARZYNA HRYCIUK
asystentka księgowości DOROTA SIKORA
szef mediów elektronicznych MARCIN KOZIOŁ
asystentka zarządu SYLWIA WILGOCKA tel. 22 312 38 89
sekretariat KINGA ŁOŻEWICZ tel. 22 312 37 12

REKLAMA
dyrektor ELŻBIETA HOŁUBKA tel. 22 312 37 11, faks 22 312 37 20
IWONA BANAŚ tel. 22 312 37 13, EWA PIETRZYKOWSKA tel. 22 312 37 15
ANNA RUSZKOWSKA tel. 22 312 37 44, ANNA SZALUŚ tel. 22 312 37 32

PROMOCJA I PR
dyrektor JOANNA MAZUR tel. 22 312 37 16, faks 22 312 37 21
ANNA BŁASZCZYK-GAWRYŚ tel. 22 312 37 47, MAGDALENA KARCZMARCZYK-MYSIORSKA tel. 22 312 37 25
EWA KUCIŃSKA tel. 22 312 37 42

PRODUKCJA
dyrektor ROBERT JEŻEWSKI tel. 22 312 37 52

DYSTRYBUCJA
MIROSŁAW BOKSZ tel. 22 312 37 10

PRENUMERATA
Grupa Wydawnicza „Infor" (kraj), ul. Okólna 40, 05-270 Marki, tel. 22 761 30 20, faks 22 761 31 43, infolinia: 801 626 666
www.zwierciadlo.infor.pl, konto: Mazowiecki Bank Spółdzielczy w Łomiankach 75 8009 0007 0016 0212 2001 0002
Prenumerata realizowana przez Ruch SA: zamówienia na prenumeratę w wersji papierowej (kraj i zagranica)
i na e-wydania można składać bezpośrednio na stronie www.prenumerata.ruch.com.pl
Ewentualne pytania prosimy kierować na adres e-mail: prenumerata@ruch.com.pl
lub kontaktując się z Telefonicznym Biurem Obsługi Klienta pod numerem: 801 800 803,
lub 22 717 59 59 – w godzinach od 7.00 do 18.00. Koszt połączenia wg taryfy operatora.
Dystrybucja za granicą Lowell International Company 9234 West Belmont Avenue Franklin Park, IL 60131
USA, tel. 847-349-1002, www.polishmagazines.com

REPRODUKCJA I NADZÓR DRUKU
redaktor techniczny JAROSŁAW SKŁADANEK
opracowanie kolorystyczne KAZIMIERZ KAZUBSKI
druk i oprawa RR DONNELLEY EUROPE SP. Z O.O.

REDAKCJA PORTALU ZWIERCIADLO.PL

redaktor naczelna MONIKA STACHURA, *sekretarz redakcji* ALEKSANDRA MIJAKOSKA-SIEMION
redaktor KATARZYNA KAZIMIEROWSKA, *programista* MAREK SZOT
menedżer ds. kluczowych klientów MARZENA PACHUCKA

Redakcja nie zwraca materiałów niezamówionych i zastrzega sobie prawo do redagowania, skracania, adiustacji lub nieopublikowania nadesłanych tekstów. Redakcja nie odpowiada za treść ogłoszeń, zamieszczonych reklam i materiałów promocyjnych. Opinie wyrażone w nadesłanych tekstach są opiniami ich autorów i nie muszą odzwierciedlać stanowiska Wydawnictwa Zwierciadło. Przedruki z miesięcznika „Zwierciadło" lub podobne wykorzystanie w jakiejkolwiek innej formie dozwolone są wyłącznie za uprzednią pisemną zgodą Wydawcy. Wydawca ma prawo odmówić zamieszczenia reklamy lub materiału promocyjnego, jeżeli ich treść lub forma są sprzeczne z linią programową lub charakterem miesięcznika (art. 36 ust. 4 ustawy z dnia 26 stycznia 1984 r. Prawo prasowe). „Zwierciadło" jest zarejestrowanym znakiem towarowym znajdującym się pod ochroną prawną i używanie go przez podmiot do tego nieuprawniony zarówno w znaczeniu słownym, jak i graficznym, celem oznaczenia swojej firmy lub towaru jest bezprawne. Wydawca czasopisma ostrzega P.T. sprzedawców, że sprzedaż aktualnych lub archiwalnych numerów czasopisma po cenie innej niż wydrukowana na okładce jest działaniem na szkodę Wydawcy i skutkuje odpowiedzialnością prawną.

OBAKU
DENMARK

DESIGN DUŃSKI
FILOZOFIA ZEN

Zegarki Obaku Denmark utożsamiają kobiecość.
Same w sobie są biżuterią
charakteryzującą się długimi,
delikatnymi liniami.
Dyskretnie zaznaczone godziny
i szczegóły cyferblatu podkreślają
poczucie tajemniczości i wyrafinowanie

www.obaku.com

Oficjalny dystrybutor w Polsce firma Poljot Euro
ul.Igańska 24, Warszawa tel/fax 22 879 97 93
poljot@poljot.com.pl

ZAPACH

skrojony na miarę

CZY PERFUMY MOGĄ BYĆ CZYIMŚ PORTRETEM? OCENIĆ TO PEWNIE POTRAFI BELGIJSKI PROJEKTANT MODY ***DRIES VAN NOTEN,*** BO TO JEGO POSTAĆ POSTANOWIŁ WYRAZIĆ ZAPACHEM KREATOR PERFUM ***FREDERIC MALLE.*** A efekt? Ekscentryczna kompozycja niewielu składników bardzo dobrej jakości: przywodzące na myśl orientalne ornamenty drewno sandałowe i paczula, kobiece akcenty jaśminu, rześka bergamotka i kojarzący się z belgijskimi ciasteczkami ciepły aromat wanilii. Prosty krój, zaskakujące połączenie wzorów i faktur – zupełnie jak w firmowanych przez Driesa van Notena kolekcjach prêt-à-porter.

Woda perfumowana Dries van Noten by Frederic Malle
(dostępna w perfumeriach Galilu oraz na www.galilu.pl).

OPRACOWANIE: KATARZYNA LEWICKA-STACHOWICZ. ZDJĘCIE: 123RF.COM

bielsko-biała galeria sfera • **częstochowa** galeria jurajska • **gdynia** klif • **katowice** silesia • **kielce** galeria echo • **kraków** bonarka • **łódź** manufaktura • **poznań** stary browar • **rzeszów** milenium hall **szczecin galeria** kaskada • **warszawa** klif, promenada, galeria miejska plac unii (otwarcie wkrótce), galeria mokotów • **wrocław** renoma • **info** Liu•Jo polska - gpoland, warszawa, polska +48 226366016

SZACH I MAT

TOREBKA SEZONU WIOSNA/LATO 2013. MODEL ***SPEEDY SQUARE PM.*** BARDZO CHARAKTERYSTYCZNA. DOSKONALE ODDAJE DUCHA OP-ARTOWEJ KOLEKCJI LOUIS VUITTON I WPADA W OKO. WYGLĄDA JAK SZACHOWNICA. BARDZO EKSKLUZYWNA SZACHOWNICA. Geometryczne wzory, kontrastowe połączenie kolorów. Kwadratowy kształt. Co ciekawe, do jej produkcji (jednej sztuki) wykorzystano ok. 22 tys. cekinów. Wszystkie torebki Louis Vuitton to przedmioty pożądania wielu kobiet. Jest o nich bardzo głośno. Stanowią synonim luksusu (oczywiście, tylko wtedy, gdy są oryginalne!). W Polsce pojawiły się pod koniec czerwca w Warszawie, w domu mody Vitkac otworzył się butik Louis Vuitton. Na razie to tylko (lub aż) akcesoria.

2900 euro

OPRACOWANIE: DOMINIKA ZASŁONA-DUKIELSKA. ZDJĘCIE: MATERIAŁY PRASOWE.

ANNA MARIA JOPEK

VOCALISE

NASZYJNIK **VOCALISE** ANNA MARIA JOPEK, SREBRO, ONYKS, CENY OD **69 ZŁ**.
SZCZEGÓŁY NA WKRUK.PL

W.KRUK
1840

wkruk.pl

The Beetle. Kiedyś znak czasu. Teraz wyprzedził swoje czasy.

Oryginalny jak zawsze, dynamiczny jak nigdy. The Beetle w swoim nowym wcieleniu potwierdza z całą mocą, że jest jedną z najbardziej wyrazistych ikon motoryzacji. Pokaż, że masz fantazję. Wsiądź do The Beetle.

Skorzystaj z innowacyjnej oferty finansowej. **Teraz wystarczy 695 zł miesięcznie**, by cieszyć się nowym The Beetle. AutoKredyt daje Ci też wybór – po trzech lub czterech latach decydujesz, czy chcesz nadal być właścicielem samochodu, czy wolisz oddać go do salonu i zyskać możliwość wymiany na nowego Volkswagena. Zwróć również uwagę na ubezpieczenie w promocyjnej cenie 1% wartości auta.
O szczegóły zapytaj sprzedawcę.

Volkswagen rekomenduje oleje Castrol EDGE

Volkswagen Bank
Kredyt. Leasing. Ubezpieczenia. E-banking.

Volkswagen Safe+
Wszystko, co daje gwarancja. Do 5 lat.

Infolinia: 801 200 400 (opłata jak za jednostkę taryfikacyjną połączenia lokalnego). Niektóre elementy wyposażenia widoczne na zdjęciu nie są dostępne w ofercie. W zależności od wariantu i wersji zużycie paliwa w cyklu łączonym od 4,9 do 7,6 l/100 km, emisja CO_2 od 129 do 176 g/km. Informacje dotyczące odzysku i recyklingu pojazdów wycofanych z eksploatacji na stronie www.volkswagen.pl

AutoKredyt – reprezentatywny przykład: cena samochodu: 84 884 zł; wkład własny: 25 465 zł; całkowita kwota kredytu: 59 419 zł; stopa oprocentowania kredytu: 4,99%; prowizja bankowa: 3 106 zł; odsetki: 8 078 zł; składka ubezpieczenia komunikacyjnego: 849 zł; składka ubezpieczenia spłaty kredytu: 1 844 zł; rzeczywista roczna stopa oprocentowania: 9,43%; czas obowiązywania umowy: 36 miesięcy; całkowita kwota do zapłaty przez konsumenta: 73 295 zł; wysokość raty miesięcznej: 881 zł; wysokość ostatniej raty: 41 593 zł. Oferta przy skorzystaniu z ubezpieczenia komunikacyjnego i ubezpieczenia spłaty kredytu oferowanych przez Volkswagen Serwis Ubezpieczeniowy Sp. z o.o.

Das Auto.

Wrzesień 2013

44

Temat miesiąca

34 Zaufaj sobie i życiu

Spotkania

44 **Weronika Rosati** Dopiero teraz mam pełną świadomość jako aktorka, kobieta, człowiek. Jestem dojrzalsza, bardziej doświadczona. Mam tę samą wrażliwość, ale nabrałam większego poczucia humoru i dystansu

52 **Paweł Świątek** Reżyser

56 **Andrzej Chyra** Podstawą aktora jest jego wyobraźnia. Nie dykcja, nie umiejętność tańczenia, tylko umiejętność improwizacji. Problem w tym, że ja często nie dowierzam swoim przeczuciom

62 **Claudia Cardinale** Recytowałam wiersze Karola Wojtyły i nagrałam je na płytę – poprosił mnie o to osobiście już jako papież Jan Paweł II. Podobno chętnie mnie słuchał

68 **Karolina Wydra** Byłam żoną dr. House'a

NA OKŁADCE Weronika Rosati
ZDJĘCIA Marlena Bielińska/MOVE
STYLIZACJA Dominika Zasłona-Dukielska i Marcin Brylski
MAKIJAŻ Julita Jaskółka
FRYZURY Piotr Wasiński/VAN DORSEN TALENTS
PRODUKCJA Dominika Zasłona-Dukielska
ASYSTENCI FOTOGRAFA Bernard Hołdys i Bogdan Jabłoński
MANICURE FIUU FIUU DAY SPA
Weronika ma na sobie bluzkę SIMPLE.

DENI CLER
MILANO

Wrzesień 2013

72 Mirosław Czyżykiewicz
Przeczuwam różne sytuacje na długo przed tym, zanim się wydarzą. Aż mnie przenika dziwny dreszcz, kiedy o tym myślę

78 Marta Lipińska
Dzieci lubiły ze mną żartować, bo była we mnie, i chyba nadal jest, radość życia

84 Kim Thúy
Mąż też nie rozumiał mojego pisania. Dopiero jak lecieliśmy na promocję mojej książki do Meksyku, w samolocie zaczął ją czytać i mruknął: „Uf, chyba zaczynam rozumieć, dlaczego to się ludziom tak podoba”

Wokół nas

90 Lustro naszych czasów
Czy łatwo być ateistą w Polsce?

96 Reportaż Geje i lesbijki w Kościele

102 Przeglądarka Anny Janko

104 Eko? Logiczne!
Wrześniowa edukacja

106 Donosy rzeczywistości
Końska dawka sportu

Życie wewnętrzne

110 Porozmawiajmy o seksie
Cunnilingus. Czy jest się czego bać?

114 Kobiece/męskie
Powrót taty

118 Rozmowa
z Ewą Woydyłło o depresji

122 Wychowanie
Szkoło, czas na zmiany

Kultura

128 Wydarzenia

132 Rozmowa Małgorzata Rejmer

134 Literatura

136 Muzyka

138 Kino

139 Teatr

142 Strefa bez stresu

144 Sztuka Rafał Bujnowski

148 Design

152 Postać Jane Bowles

Felietony

26 Artur Andrus
Gościnnie

28 Maciej Stuhr
W krzywym...

30 Katarzyna Miller
Blaski życia

32 Tomasz Jastrun
Czułym okiem

130 Janusz Gajos Fotoblog

216 Dorota Masłowska
Felieton kulinarny

228 Szymon Majewski
Życie w pożyciu

159

Przewodnik po modzie i urodzie

160 Trendy z pokazów

168 Do remontu

176 Aktualności

180 Rozszyfrowanie

182 Dodatki

184 W sieci

186 Pionierka defektów
Rei Kawakubo

192 Trendy urody

200 Piękna historia

202 Zapachy

204 Kosmetyczne innowacje

Przygody ciała

206 Medycyna
Zadbajmy o wątrobę

208 Podróż w głąb siebie

Dom

210 Przy stole Na-biał-o

218 Nowe i ponadczasowe

219 Do rzeczy

222 Nie tylko leki

Inne

12 Pachnidła

14 Unikaty

24 Listy

89 Rozstrzygnięcie konkursu na dziennik

224 Horoskop

226 Krzyżówka

Październikowy numer „ZWIERCIADŁA" W SPRZEDAŻY OD czwartku 26 września.

zwierciadło

zwierciadło

W październikowym numerze:

KALENDARZYK *na* 2014 *rok*

Specjalnie dla naszych czytelniczek dwa kultowe wzory WILLIAMA MORRISA!

Kalendarium od października 2013 do grudnia 2014 r.

W SPRZEDAŻY OD 26 WRZEŚNIA

PARTNER KALENDARZYKA 2014:

JUBILER Schubert® WIRTUOZ WŚRÓD JUBILERÓW

WALKA W NAS

Panią Ingę Iwasiów cenię od lat. Miałam okazję być na kilku jej odczytach i przyznam, że zrobiły na mnie ogromne wrażenie. Onieśmiela ogrom jej wiedzy oraz płynność, z jaką porusza się między najrozmaitszymi teoriami (m.in. krytyką feministyczną). Za każdym razem słuchałam jej z przyjemnością, a jej słowa zapadały głęboko w pamięć. Tym bardziej ucieszyłam się, kiedy w swoim ulubionym miesięczniku znalazłam wywiad z cenioną przez mnie panią profesor [„Z" nr 7/2013]. Wywiad, który dotyka wielu tematów, porusza liczne wątki i problemy, moim zdaniem zdominowany został jednak przez kategorię kobiecości i próbę określnia miejsca kobiety w dzisiejszym świecie. Do tej pory byłam przekonana, że mamy tyle, ile zdołamy wydrzeć mężczyznom. Teraz zrozumiałam, że walka toczy się w nas samych. Zmiana sposobu myślenia potrafi zdziałać cuda. Plany, założenia i konsekwentna ich realizacja – to jest siła kobiety współczesnej. Podobnie jak pani profesor coraz częściej odczuwam też upływ czasu, ale po tej lekturze wiem już, co powinnam z tym zrobić.

Helena

MOJA UKŁADANKA SIĘ UŁOŻYŁA

Wojna o dziecko. Czyż to nie brzmi strasznie i groteskowo zarazem?! Dwoje dorosłych ludzi, którzy się kiedyś kochali, nagle walczy ze sobą o istotę najważniejszą, która będzie ich łączyć już do końca życia. Bardzo dziękuję za wywiad z panią psycholog Aleksandrą Piotrowską [„Z" nr 7/2013]. Muszę przyznać, że przez chwilę byłam złą i zawistną matką. Byłam nieświadoma krzywdy, jaką wyrządzam swojemu dziecku. Walczyłam o syna. Dzisiaj myślę, że robiłam to z nienawiści do byłego męża. Podświadomie chciałam, by moje dziecko stanęło za mną murem i było tylko moje. Stało się moim pionkiem w grze o ukaranie męża. Dzisiaj, kiedy uświadomiłam to sobie, wstydzę się tego. Wiem, ile mój syn musiał słuchać głupot o swoim ojcu, wiem też, że od niego słuchał również bredni o mnie. Pomiędzy były komentarze obu babć i nagle dziecko dostawało schizofrenii, kto jest dobry. Myślę, że nie można zrobić dziecku gorszej rzeczy, niż buntować go przeciw drugiemu rodzicowi. Można się nie kochać, ale kiedy ma się dziecko – należy dla jego dobra dogadywać się i wspólnie pracować nad jego rozwojem. Bardzo łatwo jest wzbudzić w dziecku poczucie winy, kompleksy i spaczyć mu psychikę na przyszłość. My z byłym mężem w porę opamiętaliśy się i dzisiaj potrafimy wspólnie decydować o życiu syna. Czasami się o coś spieramy, ale tak byłoby też w małżeństwie. Grunt, że szanujemy siebie i nasz syn wie, że może liczyć na każde z nas.

Magda

GRA KOŃCOWA

Tak sobie przeczytałam te 50 stron o seksie [„Z" nr 8/2013] i na początku było mi trochę głupio. Niemniej jednak potem zrobiło się lepiej. Nie, nie mam gry wstępnej. Nigdy w zasadzie nie miałam, mąż od razu przechodzi do rzeczy. Kiedyś było mi przykro, ale zrozumiałam, że w zasadzie to powinnam się cieszyć, że on już tak nie może wytrzymać. Seks jest krótki, ale to akurat kompletnie mi nie przeszkadza, czuję się zaspokojona. Mam za to coś, czego pewnie nie ma większość kobiet. Mam grę końcową. A tak, zamiast wstępnej! I mniemam, że jest o wiele lepsza. Bo mąż mnie przytula, mówi, że kocha i że jestem piękna. Gładzi włosy, twarz, całuje po plecach, brzuchu, ramionach. Zachwyca się moim ciałem, czasem pomasuje piersi. Bliskość wspaniała, spajająca, aż się chce zasypiać przy takim człowieku. To piękne, prawda?

Anna

Autorki listów otrzymują **wodę perfumowaną Calvin Klein Downtown.**

Czekamy na Wasze listy! Dzielcie się swoimi refleksjami i opiniami **(listy@zwierciadlo.pl** i **www.zwierciadlo.pl/forum/).**
Autorki i autorów najciekawszych nagrodzimy upominkiem niespodzianką.

ZDJĘCIA: MATERIAŁY PRASOWE.

INTRODUCING THE
TAG
BAG
SHOP AT
WEEKENDMAXMARA.COM
For information: OWL International Sp. z.o.o. (Max Mara Agency) - Tel. 022 636 60 16
WEEKEND
MaxMara

NIE PRZYPOMINAĆ FOKI!

Zwykle człowiek znajduje się w takiej sytuacji znienacka.

W jednym z centrów handlowych we Wrocławiu jest potężne akwarium oceaniczne. A w nim pływają sobie różne stworzenia. Między innymi rekin czarnopłetwy. Dowiedziałem się o tym z relacji reportera telewizyjnego, który wykazał się niezwykłą odwagą i zanurzył się. W stroju płetwonurka. Po wynurzeniu informował, jak należy się zachować podczas spotkania z rekinem. Bo musimy się przyzwyczajać do różnych nowości, otwieramy się na świat, zatem nie wystarczy wiedzieć, jak zachować się podczas niespodziewanego ataku pospolitego dzika. Zresztą dzięki słynnemu wierszowi Jana Brzechwy każde polskie dziecko poradzi sobie w takiej sytuacji, bo wie, że „...kto spotyka w lesie dzika, ten na drzewo szybko zmyka". Ale co z rekinem? Pan redaktor stwierdził, że to, co widzieliśmy dotychczas w różnych filmach, jest mitem. Tak naprawdę, to: „...nie wolno bić kijem po nosie, opędzać się, trzeba jak najmniej pluskać i nie przypominać foki". To ostatnie zalecenie wstrząsnęło mną najbardziej. Bo to łatwo powiedzieć, ale dużo trudniej nie przypominać foki, kiedy już się ją raz przypominać zaczęło. Zwłaszcza że spotkania z rekinem nie są zazwyczaj planowane z dużym wyprzedzeniem. Zwykle człowiek znajduje się w takiej sytuacji znienacka. No, może z wyjątkiem spotkań z rekinami pływającymi w centrach handlowych. Do takiego człowiek może się jakoś przygotować. Człowiek! A co ma zrobić prawdziwa foka? Jak ona ma nagle nie przypominać foki? Włożyć koszulkę z Przystanku Woodstock i zacząć tańczyć pogo? Ale koncentrujmy się na ludziach. Czyli gdyby miał to opisać mistrz Brzechwa, brzmiałoby tak: Trzeba chwycić się pod boki i nie przypominać foki? Uświadomiłem sobie, że i wiersz o dziku należałoby uaktualnić. Bo tamten opowiada o sytuacji, kiedy ktoś „spotyka w lesie dzika". A jeśli spotyka w centrum handlowym? Moja propozycja:

Wycofywać się pomału,
Wezwać kierownika działu,
Przez głośniki podać treść:
Kierownik działu przepędzania
dzików z centrów handlowych
Proszony jest do kasy numer sześć.

A może w sformułowaniu „nie przypominać foki" nie chodzi o fizyczne podobieństwo? Tylko o to, żeby nie wspominać rekinowi o foce? Może ma jakieś niemiłe wspomnienia? Na przykład rzuciła go kiedyś? Mam kolegę, który określenia „foczka" używał w stosunku do jednej ze swoich narzeczonych. Więc może i w środowisku akwariów oceanicznych taki slang obowiązuje? Mam nadzieję, że przy okazji tych rozważań uda się wprowadzić do języka pojęcie „foki biznesu". Bo jeśli jest rekin, to co niby stoi na przeszkodzie, żeby była też foka? I obowiązują te same zasady – po pierwsze, podczas spotkania z rekinem biznesu nie należy przypominać foki biznesu. Po drugie, nie bić kijem po nosie, bo się zniechęci i nici z interesu. Być może zastanawiają się Państwo, jak można marnować tyle czasu na rozważania na tak błahe tematy, kiedy wokół tyle istotnych – kryzys sytemu emerytalnego, kłopoty służby zdrowia, kiepskie wyniki polskiej reprezentacji w piłce nożnej, brak pieniędzy na remonty trakcji kolejowej? Ja też się nad tym zastanawiam. I odpowiedzi nie znajduję. Natomiast znalazłem w Internecie mnóstwo ciekawych informacji na temat fok. Na przykład: foka szara ma głowę silnie wydłużoną z pyskiem o długości większej niż połowa czaszki, szeroko rozstawione otwory nosowe, lubi się wylegiwać i chętnie je śledzie. Szwagier! Na twoim miejscu unikałbym spotkań z rekinami! ●

ARTUR ANDRUS *dziennikarz radiowej Trójki, artysta kabaretowy, poeta, autor tekstów piosenek, pisarz, piosenkarz, komentator „Szkła kontaktowego", Mistrz Mowy Polskiej.*

ZDJĘCIE: TOMASZ URBANEK/EAST NEWS.

monnari

sprzedaż on-line **www.emonnari.pl**

O TYTUŁ ULUBIEŃCA LUDZKOŚCI

W narożniku przedstawiciel wagi kogucio-nieznacznej, syn Osła ze „Shreka”.

Dooooooooooooooobryyyyyyyyy wieeeeeeeeeczóóóóór Państwuuuuuuuuu! Już za chwilę przed Wami na tej arenie zmierzą się po raz kolejny ci, dla których się tu spotkaliśmy! Wolnych miejsc nie ma od miesięcy. 73 sprzedane bilety, z czego równo połowa rozeszła się przy okazji promocji batonów Maciek, to rekord, do którego ciężko przez całe lata będzie się zbliżyć! Fanatycy obu pretendentów już od wielu dni okupują pobliskie parki, dworce i stodoły. Fani jednego z nich przystrojeni w okoliczne pejsy konfrontują się z koszulkami z napisami: „Matka Madzi rulez” oraz „Kto nie skacze, jest pedałem!”. Kto polegnie w tej walce, a kto stanie się ulubieńcem publiczności – to się okaże już za parę chwil! Panie i panowie! W prawym narożniku mistrzyni wszechwag, obrończyni tytułu Ulubieniec Ludzkości, niepokonana od dwóch tysięcy trzynastu sezonów – to prawdziwy przywilej ją zapowiadać! Ladies and gentlemen, here she is! Plooooooooooooooootkaaaaaaaaaaa! W narożniku lewym przedstawiciel wagi kogucio-nieznacznej, wybitny specjalista historii miasta Cedyni, syn Osła ze „Shreka” – Feeeeeelieeeeetonistaaaa! Oboje pretendenci skupieni, choć Plotka chyba bardziej! I oto sędzia pan Conudne Tomniemierzi z Bałkanów daje znak do rozpoczęcia walki! Zawodnicy podchodzą do siebie, ale to jeszcze moment badania się. Nikt nie chce zaryzykować ciosu, który jednocześnie byłby ryzykiem odsłonięcia się. Oboje poruszają się płynnie po ringu, choć zadziwia wszystkich pozycja Felietonisty, który obraca się... tyłem do Plotki!!! A więc sensacja wisi w powietrzu!!! Takiego rozpoczęcia walki nie odnotowano w dotychczasowych annałach! Jak to interpretować?! Jak nazwać?! Mimo to pierwsza runda wydaje się dość nudnawa. Plotka podąża bezskutecznie za plecami Felietonisty. Nagle ten decyduje się na niestandardowe uderzenie, występując w filmie o tematyce kontrowersyjnej. Plotka natychmiast podejmuje wyzwanie i przystępuje do bezpardonowego kontrataku! W pierwszym momencie przeprowadza serię prawych prostych prosto w antypolskość Felietonisty. Ten robi lekki krok w tył i lekko zamroczony wymierza mocno chybiony cios w Cedynię. Plotka wydaje się tylko na to czekać! Wymierza zasłużone druzgocące ciosy w Cedynię przeciwnika, jak również w samą dynię i inne członki. Pierwsza runda zakończona wyraźną przewagą Plotki. W drugiej rundzie ciosy Plotki zarówno w dynię, jak i Cedynię nie mają już takiego skutku. Plotka decyduje się więc uderzyć prosto w narząd między sercem a wątrobą! Nie w śledzionę, lecz w prywatę, która choć mocno skryta za gardą Felietonisty, to jednak zbyt ponętna, jak dla tak wytrawnego gracza! Cios, mimo iż nietrafiony, wywołuje duży aplauz wśród zwolenników Plotki. Ta więc zaczyna bić na ślepo. Nie ma to znaczenia! Plotka podąża silnym krokiem zwycięzcy! „Ojciec Chrzestny Felietonisty ratuje mu życie!”. Bum! Knockdown! „Felietonista wykupuje polską rdzenną ziemię na macę!”. Bum! Drugi knockdown! Nagle ku osłupieniu zdumionej publiczności Felietonista opuszcza gardę, jego ręce bezwładnie zwisają poniżej pasa. Sukces Plotki gotowej do zadania ostatecznego ciosu wydaje się przesądzony. Na dodatek, zamiast przystąpić do ataku, Felietonista znów odwraca się, uśmiecha i ku osłupieniu zdumionej publiczności wychodzi z ringu i odchodzi w swoją stronę! Bałkański sędzia Conudne Tomniemierzi bezskutecznie próbuje gwizdkiem przywołać do porządku Felietonistę. Służby porządkowe próbują coś zrobić, ale nie bardzo wiedzą co. Plotka chciwie spogląda na każdy jego ruch, próbując chociażby z jego spojrzenia w jakimś konkretnym kierunku wypatrzyć dla siebie jakąś szansę. Jednak mimo usilnych starań odpowiednich służb nie można stwierdzić, na czym aktualnie spoczywa wzrok Felietonisty. Niestety, to okaże się dopiero w kolejnym numerze „Zwierciadła”... ●

MACIEJ STUHR *aktor Nowego Teatru w Warszawie. Mimo ponad 50 ról filmowych, telewizyjnych i teatralnych bywa wciąż zaliczany do aktorów młodego pokolenia. W 2006 roku uhonorowany tytułem Mistrza Mowy Polskiej.*

ZDJĘCIE: SAMANTA.

Sensilis

IDYLLIC

SEKRET MŁODOŚCI DRZEMIE W SAMYM SERCU SKÓRY, W ZDOLNOŚCI DO REGENERACJI JEJ KOMÓREK MACIERZYSTYCH.

Dzięki unikalnej kombinacji substancji aktywnych, Idyllic zwiększa żywotność komórek macierzystych i w wyjątkowy sposób wzmacnia ich zdolność do regeneracji: 60 % nowych komórek naskórka, które intensywnie odmładzają skórę. Idyllic jest zwieńczeniem 20 lat innowacyjnej pracy nad produktami przeciwstarzeniowymi dostępnymi w aptekach. To idylliczna kuracja przeciwstarzeniowa, która otacza skórę komfortem i przywraca jej młodość.

W sprzedaży w aptekach.

Więcej na www.sensilis.pl

CIERPLIWOŚĆ

Życie nie zacznie się, jak zdam maturę, wyjdę za mąż, zarobię...

Kiedy byłam młodzieżą, cierpliwość wydawała mi się cechą ludzi starych i do tego nieciekawych, czyli takich, co to już nic ich nie obchodzi, do niczego się nie palą i właśnie głównie są na tyle cierpliwi, żeby siedzieć i czekać nie wiadomo na co. Kiedy się jest dzieckiem, tyle rzeczy jest nowych, pierwszych, nieznanych. Do tylu przeżyć, możliwości działania się spieszymy, pędzimy nawet. Podejrzewamy dorosłych, że chcą coś przed nami ukryć, zostawić tylko dla siebie; te fascynujące zabawy, prawa do samostanowienia, tę wolność. Dorastałam długo, ale z chęcią. Fascynuje mnie bycie odpowiedzialną i wolną. Niezwykle cieszyłam się, gdy sama odkryłam, jak cenne są moje błędy, że nie zwalam ich konsekwencji na innych. Zrozumiałam, że dorosłość to nie robienie tego, czego się chce, ale robienie tego, co się może i chce. I jeszcze, że najlepiej robić to, co WARTO. I że ja o tym decyduję. Nie zawsze umiem zdecydować i wybrać. Ale jeśli nie wybieram, bo nie wiem, co zdecydować, to przecież wstrzymując się, też podejmuję decyzję: unikam lub rezygnuję. Dopracowałam się powoli cnoty cierpliwości, bo za taką ją zaczęłam uważać. Szło to w parze z satysfakcją ze zmian, jakie przynosi życie. Bo już nie pędzę, ale rozumiem, że się doczekałam tylu obszarów spokoju, pewności, braku lęku. Już nie uważam, że lepsze życie toczy się tam, gdzie mnie nie ma, więc muszę się starać tam znaleźć. I że strasznie fajnie jest siedzieć i być. Parę lat temu z wielkim zdziwieniem, ale też z wielką radością zdecydowałam, że chcę zbudować dom. Ze zdziwieniem, bo długie lata byłam przekonana, że domu nie chcę. Przyjaciele i znajomi dawno pokupowali działki, a my nic. Ale z radością, jak dzieci, zaczęliśmy działki szukać. Książkę by o tym napisać... Miejsce jest, w okolicach ukochanego Kazimierza Dolnego nad Wisłą. Ze spokojem zaczęliśmy prace przygotowawcze, projekty, budowę, wykańczanie w poczuciu, że ludzie tutaj są wspaniali, fachowcy świetni i sympatyczni i że cierpliwie, nie poganiając siebie ani nikogo, doczekamy się dnia wprowadzenia. A tu mija kolejne lato, które miało przynieść spełnienie, a my ciągle czekamy. Już parę razy „zrywałam się do lotu", bo uwielbiam urządzać wnętrza, i zaczęłam czuć, że buksuję w miejscu. Rozchorowałam się poważnie, pewnie dlatego, że czułam się na zmianę wściekła, rozżalona i zrezygnowana. Moja cierpliwość zachorowała. Co źle zrobiłam? Przecież wiadomo, że budowy się przedłużają itd. Mnóstwo drogich czytelników tylko pokiwa głową... Wy to świetnie wiecie. Wszyscy, którzy remontują i budują, to znają... Czy zawiodła mnie moja umiejętność cierpliwości? Nie! Odwrotnie – to ja ją zawiodłam. Zapomniałam pewną mądrość, która polega na nieprzywiązywaniu się. Zaraz wytłumaczę. Tłumaczę to teraz sobie. Może Wam też się przyda. Tak się oddałam temu budowaniu, że prawie wszystko mu podporządkowałam. Za dużo pracowałam i uparłam się wewnątrz siebie, że nie wyjadę na żaden urlop, bo go sobie przygotowuję w nowym domu właśnie na TO lato. To miała być nagroda, na którą czekałam. Nie wiem, czy była możliwa. Pewnie nie, skoro nie nadeszła. Zmęczyłam się bardzo. Obraziłam się, że moje zmęczenie nie zostało nagrodzone według mojego scenariusza. Kolejny raz dowiedziałam się, że mam dobrze żyć niezależnie od tego, co się dzieje, że niczego nie należy odkładać, że sobą nie wolno manipulować. Życie nie zacznie się, kiedy zrobię maturę, skończę studia, wyjdę za mąż, urodzę dzieci, odchowam dzieci, schudnę, zarobię, zostanę prezydentem, skończę dom... Życie jest teraz. Przepraszam Cię, Kasiu. ●

KATARZYNA MILLER *psychoterapeutka, filozofka, poetka, układa własne piosenki (teksty i muzykę) i ośmiela się je śpiewać.*

ZDJĘCIE: MATYS STUDIO.

photo by Lidia Popiel
www.solar-company.com.pl

NIE TYLKO PAN ŚLIMAK

Mam szacunek dla wszystkiego, co żyje. Jak zabijać i zjadać coś, co ma duszę?

Kiedy wyjeżdżałem z domu, jakiś wysoki szczupły nieznajomy z myśliwskim psem u nogi nieśmiało podniósł dłoń, jakby chciał mnie zatrzymać. Nie byłem pewien, ale zatrzymałem się. Nadal wyglądał na onieśmielonego: „Sójka została potrącona przez samochód, zawiezie pan do weterynarza?". Miałem w samochodzie dwójkę małych dzieci, zdenerwowaną żonę, ciocię, która śpieszyła się na autobus, panikę wyjazdu z Warszawy z opóźnieniem wobec celu podróży. Nie mówiąc już o tym, że ranny dziki ptak budzi mój niepokój. I chyba nie lubię sójek, są kolorowymi drapieżnikami: czy mamy moralny obowiązek wiezienia do lekarza rannych gołębi, ginących wróbli i wron? Odmówiłem niepewnie i ruszyłem w drogę, czułem jednak, że na ramieniu siedzi mi wyrzut sumienia. Z biegiem kilometrów nabywam nową wiedzę o sójkach. To osobliwy ptak, potrafi naśladować nie tylko głosy innych ptaków, ale też psa czy kota, nawet skrzypienie kół wozu. Coraz bardziej mi było żal tej sójki. Po kilku godzinach, już blisko celu, w pobliżu Lwówka Śląskiego, roztrzaskał się o maskę mego samochodu jakiś ptak. Poczułem, że nie mam już miejsca na kolejne wyrzuty sumienia wobec ptaków. Czas na inne zwierzęta. Nina ze Szwecji śle dramatyczny list, abym jej pomógł walczyć o lepszy los polskich psów. Chwilę mego milczenia od razu interpretuje, że uznałem ją za szaloną. Odpisuję: „Wzrusza mnie twoja pasja, ale mam uwagę: w Polsce kilkaset tysięcy dzieci nie dojada i tyle jest katowanych. Jak im się nie pomoże, będą katować potem psy i je głodzić. Zacząłbym od dzieci, zwierzęta są jednak na drugim planie, bez lekceważenia zwierząt. A przecież rośnie z wiekiem mój szacunek dla wszystkiego, co żyje, no, może z wyjątkiem ludzi. Zabijam tylko komary i to jedynie w obronie własnej. Mój mały Franio, który dzielnie zmierza w stronę skończenia trzech lat, nagle pyta: „A po co są komary?". Po chwili konfuzji odpowiadam: „Żebyśmy tęsknili za zimą". Ten sam Franio pytany w przedszkolu, gdzie pojawił się na próbę, jak ma na imię, z całą powagą mówi szeptem: „Pan ślimak...". Inwazja ślimaków w naszym ogródku jak co rok. Nie żal mi roślin, które nadgryzają, żal mi je rozdeptywać. Wziąłem jednego na dłoń, ukryty był w skorupie, ale ośmielony wysunął się z domku i popatrzył na świat swoimi rożkami. Tak Franio poznał swego kolegę, pana ślimaka. Niestety, w chwilę potem przez nieuwagę rozdeptałem innego pana ślimaka, było to słychać i, niestety, też widać. Na szczęście widział to tylko mój synek starszy Antoś i powiedział: „Tata, ale ty jesteś okrutnik!". Poczułem się beznadziejnie. Pocieszałem siebie i jego, ślimaki mają życie znacznie mniejsze niż my, takie małe, że prawie go nie ma. Jak jednak ukryć, że w takiej śmierci pana ślimaka mieszka też nasza śmierć? Do niedawna byliśmy pewni, pomagała w tym religia, że tylko ludzie mają duszę. Jak zabijać i zjadać coś, co ma duszę? Ale coraz bardziej już widać, że to, co nazywaliśmy duszą, to tylko zdumiewająca kombinacja mózgu, układu nerwowego i ciała. W tym sensie człowieka odróżnia od psa bardzo niewiele, gdy ślimakowi jednak do nas daleko. To, co nas zasadniczo różni od zwierząt, paradoksalnie ujął Albert Camus: „Człowiek jest jedynym stworzeniem, które nie zgadza się być tym, czym jest". I ten sam autor: „Nie chcę umierać, a jednak umrę. I nie chcę, by umarli ci, których kocham. A jednak umrą. Dlatego życie jest absurdem". To dlatego wymyślono religie, przepraszam wierzących za swoją niewiarę. Mój osobisty absurd ma jednak pewne zalety, pod warunkiem że się go rozśmieszy. Ze wszystkich zwierząt tylko my potrafimy płakać i śmiać się. Nie mam już za wiele czasu, to się śmieję. I was też zapraszam do tej spółki. I ślimaki, i sójki. ●

CZYTAJ Kołonotatnik. Blog Tomasza Jastruna na **Zwierciadlo.pl**

TOMASZ JASTRUN *poeta, autor opowiadań, reporter. Uważa, że poezja jest u źródeł sztuki, podobnie jak czucie psychologii bywa u źródeł mądrości. Od lat podpatruje świat i ludzi z ukosa, ale jednak czułym okiem.*

ZDJĘCIE: RAFAŁ MASŁOW.

40TH ANNIVERSARY
Pepe Jeans
LONDON
PEPEJEANS.COM
#FOLLOWPEPE
Bielsko – Biała | Gdańsk | Katowice | Kraków | Łódź |
Poznań | Szczecin | Warszawa | Wrocław

MAMY TĘ MOC

CZY UFAMY, ŻE ŻYCIE JEST DOBRE I ŻE NAS WSPIERA? ŻE MOŻEMY BEZPIECZNIE ROZWIJAĆ SWÓJ TWÓRCZY POTENCJAŁ W NASZYCH RODZINACH, SPOŁECZNOŚCIACH I W MIEJSCU PRACY?

Że możemy stworzyć taki system społeczny, w którym każdy poczuje się pewnie? Czy ufamy, że możemy zmienić świat?

Jak odzyskać zaufanie?

Tekst RENATA ARENDT-DZIURDZIKOWSKA
Ilustracje MARIANNA SZTYMA

Żyjemy w czasach, w których coraz więcej ludzi BUDZI SIĘ ZE SNU NIEŚWIADOMOŚCI. Zaczynamy rozumieć, że znaczenie ma nie tylko to, co dzieje się w rzeczywistości, ale też subtelne uczucia w naszym wnętrzu.

– Zaufanie to centralny punkt indywidualnego i zespołowego sukcesu – mówi David Neenan, który od 20 lat przyjeżdża do Polski i szkoli nas na seminarium „Business & You". Jego misją jest kształcenie nowych światowych liderów, którzy swoje życiowe wybory opierają na świadomości i zaufaniu. Wierzy, że tacy ludzie zmienią świat. Wszyscy jesteśmy liderami – w pracy, w domu, w sąsiedztwie, ponieważ nasze decyzje, postawy, zachowania, emocje, myśli i słowa oddziałują na wszystkie systemy, w których żyjemy.

– Tracąc zaufanie, wnosimy więcej do relacji, niż chroniąc siebie przed utratą zaufania. Musimy jednak powiedzieć drugiej stronie, co się dzieje, i mieć świadomość, że to wydarza się dla dobra wszystkich – mówi Max Schüpbach, prezydent Instytutu Głębokiej Demokracji, który szkoli nas na seminarium poświęconym rozwiązywaniu konfliktów. Max razem z Amy i Arnoldem Mindellami pracują w świecie w sytuacjach rozmaitych konfliktów: kulturowych, lokalnych, międzynarodowych; wszędzie tam, gdzie zaufanie zostało utracone.

My, Polacy, także tracimy zaufanie. Najnowsza Diagnoza Społeczna sporządzona pod kierunkiem profesora Janusza Czapińskiego jednoznacznie na to wskazuje: z roku na rok ufamy coraz mniej. A przecież – jak mówi profesor na łamach „Polityki" – „już wcześniej byliśmy katastrofalnie nieufni". Zwraca uwagę na to, że niskie zaufanie stanowi jedną z najpoważniejszych barier rozwojowych. Przyjmujemy postawę: co dobre, to ja, co złe, to los, inni i rząd. Pilnie potrzebujemy budowania kompetencji społecznych, czyli właśnie zaufania, empatii, umiejętności współdziałania. Z badań wynika, że jesteśmy też rozczarowani demokracją, która, jak to formułuje profesor, „porusza się po stopniowo topniejącym lodzie."

Jak zaufanie odzyskać? Jest tylko jeden klucz: świadomość.

Wszyscy bezpieczni i szanowani

Czym jest świadomość? Oznacza rozumienie, że możemy przekształcić bezradność, złość i wrogość w poczucie siły, wolności i zaufania. Max Schüpbach, Amy i Arnold Mindellowie pokazują, jak to zrobić. Od kilkudziesięciu lat organizują w świecie tak zwane otwarte fora. Pokazują moc świadomości. Prawdziwym problemem nie są „dyktatorzy" czy system, ale brak świadomości, twierdzi Arnold Mindell. Świadomość jest niezbędna, abyśmy mogli stworzyć głęboką demokrację, która sprawi, że wojna stanie się przeżytkiem.

Otwarte forum pokazuje, że w każdym z nas jest cały świat, potencjał wszystkiego; ról, które gramy, uczuć, zachowań. Możemy je swobodnie wyrażać, a jednocześnie mieć świadomość, że jesteśmy kimś znacznie więcej niż role i zachowania. Magia otwartego forum polega na tym, że wystarczy jedna osoba w grupie świadoma tego, co się wydarza, aby wszyscy czuli się bezpieczni i szanowani. W głębokiej demokracji jest miejsce dla każdego, dla każdej roli, uczucia i postawy; nie ma wykluczonych. Max Schüpbach opowiada, że pracował w Polsce jako trener jeszcze przed powstaniem Solidarności: to, co było najbardziej dojmujące, to lęk ludzi przed donosicielami. Potem już po pierestrojce pracował z grupą Niemców wschodnich i zachodnich nad ich ponownym wzajemnym zbliżeniem, zaufaniem. Zaczęła mówić kobieta i przyznała się, że pracowała dla Stasi, tajnej policji Niemiec Wschodnich: „Byłam młoda i czułam się bezsilna. Kiedy poczułam moc płynącą z tej nowej pracy, nie mogłam się oprzeć. Kochałam siłę". Cisza, a potem mężczyzna z Niemiec Zachodnich zaczął opowiadać o interesach, z których nie był dumny, ale kochał moc, którą dawały pieniądze. To sprawiło, że inni uczestnicy otwartego forum zaczęli mówić o ich zainteresowaniu siłą, mocą, o braku nadziei, często graniczącym z rozpaczą w sferze miłości, o braku więzi ze społecznością. Ludzie mieli łzy w oczach. W tym momencie zaczęła się tworzyć społeczność, zaufanie pozwalające mówić otwarcie o trudnych i bolesnych sprawach, o których rzadko się mówi.

A co z Polską? – Polska przeszła przez bardzo długi okres, w którym różnica zdań była represjonowana – mówi Max Schüpbach. – Teraz właśnie jest czas, kiedy Polacy mogą się nie zgadzać w sposób zajadły i mają wybór, z którego mocno korzystają. Świętujmy więc ten etap. To się organicznie zmieni w kulturę bardziej zorientowaną na zgodę.

Ewolucja świadomości zmierza właśnie w tym kierunku. Niebawem nasz świat przypomni sobie o istnieniu głębokich uczuć, twierdzi Arnold Mindell. Żyjemy w czasach, w których coraz więcej ludzi budzi się ze snu nieświadomości; jesteśmy coraz bardziej świadomi. Zaczynamy rozumieć, że znaczenie ma nie tylko to, co dzieje się w uzgodnionej rzeczywistości, ale też subtelne uczucia w naszym wnętrzu, świat relacji, więzi ze wszystkim, co istnieje

– To, czego potrzebuje Polska podzielona na dwie opozycyjne, skonfliktowane strony, to nie więcej spokoju, ale więcej możliwości odnoszenia się do siebie i rozmawiania ze sobą – mówi Max Schüpbach. Rozmawiania z udziałem świadomości, to znaczy z umiejętnością znalezienia się na zewnątrz konfliktu, bezstronnego patrzenia.

Witam ból i niewygodę

Pilnie potrzebujemy więc świadomych liderów. Takich, którzy mają zaufanie do doskonałego procesu życia, którzy obejmują świadomością wszystko, co się wydarza, i tym samym są katalizatorem zmiany.

– Zaufanie rodzi się wewnątrz nas – mówi David Neenan.

– Początkiem jest zawsze zaufanie do siebie, dopiero potem zaczynamy ufać innym. Obiecuję sobie coś i dotrzymuję tego, nie zawodzę siebie.

Następnym krokiem jest ufanie, że możemy bezpiecznie błądzić. – Rodzimy się nadzy, bezbronni, bez instrukcji obsługi. Jak inaczej mielibyśmy uczyć się życia, jeśli nie poprzez próby i błędy? – pyta. – Zawsze, gdy odczuwam ból czy niewygodę, mam największą szansę na rozwój, to wielka chwila. Świętujmy swoje błędy.

Ufamy, że jesteśmy w stanie być szczerymi i kompetentnymi, nienagannie wywiązywać się z obietnic i zobowiązań. Ufamy, że możemy odzyskać zaufanie.

– „Przepraszam" wydaje się takie proste, a jednak najczęściej właśnie tego brakuje – zwraca uwagę Neenan. – Wszystkim nam zdarzyło się powiedzieć ważnym dla nas osobom nieodpowiednią rzecz w nieodpowiednim czasie. Jesteśmy tylko ludźmi. Przepraszam i pytam, w jaki sposób mógłbym naprawić błąd czy krzywdę.

Ufamy, że możemy wyjść z miejsca ofiary; zagrożenia i bezradności.

– Jeśli pomyślę o kimś, że jest palantem, że przychodzi z piekła, natychmiast ustawiam się w pozycji ofiary – wyjaśnia Neenan. – Jeśli uwierzę, że to on jest winien, nie ja, stracę okazję, żeby się czegoś nauczyć. Jeśli jesteśmy częścią problemu, jesteśmy też częścią rozwiązania.

Ufamy, że życie to nieustający proces nauki.

– Największa pułapka to przekonanie, że „wiem wszystko, wszystko kontroluję, mam nieograniczoną władzę". Spełnienie w każdej dziedzinie związane jest z tym, aby nie kontrolować, a ufać – sobie, innym i życiu – mówi Neenan i przypomina, że jesteśmy tu, na tej planecie, tylko w jednym celu: żeby sobie nawzajem pomagać.

Trzeba zrobić wszystko, aby odzyskać zaufanie, nawet po najbardziej traumatycznych doświadczeniach, twierdzi znana piosenkarka Eleni. ➤

ZACZYNAM
od współczucia

Czy mogę kogokolwiek zmienić? Nie mogę. Mogę wybaczyć. Jeśli nie będziemy ufać mimo wszystko, nie będziemy się rozwijać. Gdy odpuszczam krzywdę, a wybieram współczucie, wtedy jestem silniejsza. Im więcej takich sytuacji, tym więcej siły – mówi ***Eleni.***

Rozmawia RENATA ARENDT-DZIURDZIKOWSKA

Dziewiętnaście lat temu córka Eleni Afrodyta została zastrzelona przez chłopca, z którym się spotykała. Miała 17 lat. Eleni mówiła w wywiadach, że „wydarzyła się tragedia obu rodzin". Mówiła, że wybaczyła. Dziś ma 57 lat, od 37 lat śpiewa, nagrywa płyty, koncertuje w Polsce, w Australii, w Kanadzie, w USA. Rozmawiamy w jej domu w Poznaniu. W środku nocy wróciła z koncertu. Ma chore gardło, bierze antybiotyk. „Nie szkodzi" – macha ręką. Pełna życia, serdeczna i otwarta. Wiem, że pomaga wielu osobom i instytucjom. Prosi, abyśmy nie mówiły o tym zbyt wiele. O zaufaniu do życia? Chętnie.
Gdy odwozi mnie na dworzec, opowiada o dziewięciu przyjaciółkach, z którymi spotyka się od 30 lat. Ostatnio zrobiły sobie śpiewany wieczór, przebrały się za znane piosenkarki, za Marylę Rodowicz, Edytę Bartosiewicz, Majkę Jeżowską, Ewę Demarczyk, Violettę Villas. Eleni przebrała się za... siebie z początków kariery: „Wcisnęłam się w sukienkę mini z tamtych lat!". Stroje i występy opisuje tak barwnie, że śmiejemy się do łez.

Śmierć dziecka to trauma, która podcina zaufanie do życia. Wiem, ponieważ rozmawiałam z wieloma rodzicami, którzy stracili dzieci. Wydaje się, że tragiczna śmierć tę traumę wzmacnia.
To ciężkie doświadczenie. Wiele lat zajęło mi porządkowanie w sobie tego, co się stało.

Carl Simonton, nieżyjący już amerykański psychoonkolog, który przyjeżdżał do Polski, powtarzał, że w naszej istocie, w duchowym rdzeniu, jesteśmy współczujący, łagodni i silni.
Oczywiście. Z natury jesteśmy wrażliwi i dobrzy. Zdarza się, że ta wrażliwość jest przytłumiona. Być może mieliśmy złe doświadczenia, ktoś nas skrzywdził, zranił. A być może po prostu źle korzystamy z wolności.

Kiedy pojawiło się współczucie?
Bardzo szybko. Najpierw pomyślałam o mamie Piotra, co ona przeżywa, przez co przechodzi. Jestem matką, łatwo mi współczuć matce. Myślałam też o Piotrze, przecież on do końca swojego życia będzie z tym, co się stało. W Biblii jest napisane, że mamy wybaczać nie siedem, ale siedemdziesiąt siedem razy. Strata zaufania rodzi lęk; bo ktoś znowu może nas skrzywdzić. Oczywiście, że może. I znowu mamy wybaczyć. Wybaczyć to nie znaczy zapomnieć. Wybaczyć to wyzbyć się negatywnych emocji, które nas niszczą, zabijają od środka. Wiara pozwoliła mi przetrwać te trudne chwile. Przecież gdybym nie odzyskała zaufania, nie mogłabym żyć. Kontaktują się ze mną ludzie, którzy przeżyli podobną tragedię – mówią, że nie mogą słuchać, gdy bliscy, przyjaciele opowiadają o swoich dzieciach, nie mogą patrzeć na szczęście innych. Oni nie odzyskali zaufania. To tak jakby nie żyli. Ja to bardzo dobrze rozumiem. Też przez to przechodziłam. Gdy przyjaciółki opowiadały o swoich dzieciach, bo zaczął się rok szkolny, bo wakacje, ściskało mi się serce, wszystko we mnie płakało. Pomyślałam: „Moje przyjaciółki miałyby cały czas uważać na to, co mówią, bać się, że mnie zranią? Zrozumiałam, że muszę sobie poradzić, że przebywanie z ludźmi

szczęśliwymi nie może wywoływać we mnie zazdrości, bo do czego to prowadzi? Życie toczy się dalej. Trzeba zająć się swoim bólem. Pogodzić się. Odnaleźć w sobie wolność. Czuję się wolna. Mam spokój w sercu.

Gdy już przejdzie się przez to, łatwo się mówi.

Trzeba wejść w głąb siebie – tam odnajdziemy zaufanie. Zaufanie rodzi się z poczucia sensu wszystkiego, co nas spotyka. Cierpienie ma sens. To, że odchodzą bliscy, ma sens. Mój sens? Jestem silniejsza. Spotykam się z młodzieżą, opowiadam o tym, co się stało. Mówię do nich nie jako piosenkarka, ale jako matka. W pewnym sensie ciągle koję swój ból poprzez to, że robię coś, żeby nie dochodziło do tragedii. Mówię o zaufaniu. Proszę, aby – gdy tylko są w trudnym momencie – mówili o tym, zwracali się do innych o pomoc. Gdy widzą, że ich koledzy, przyjaciele boją się czegoś, niech pytają, dociekają, co się stało, niech starają się pomóc. Proszę młodych ludzi, żeby szukali kontaktu z rodzicami.

Tak wiele mówimy i piszemy o tym, że to rodzice powinni coś zrobić, otwierać się na dzieci, empatycznie słuchać, rozumieć, przeciwdziałać przemocy, depresji.

Afrodyta zostawiła notatki, które kieruje do rówieśników. Pisze o miłości zaborczej, zniewoleniu psychicznym. Pisze o wolności, która nie polega na tym, że robimy, co chcemy, ale na tym, że możemy się rozwijać bez żadnych ograniczeń. Wiedziała, że każdy z nas ma prawo do swobodnego rozwoju i że to jest w życiu najważniejsze. Młodzi ludzie, z którymi się spotykam, są prawie dorośli. Mogą sobą pokierować, mają taką siłę. To od nich przede wszystkim zależy, co zrobią ze swoim życiem. Dlaczego nie mieliby wziąć odpowiedzialności? Dlaczego to oni nie mieliby zacząć rozmawiać z rodzicami? Rodzicom jest trudno pytać, bo wiedzą, że sprawy uczuć to bardzo delikatna kwestia. Nie chcą się wtrącać, naciskać. Mówię im, że wychowywanie dzieci jest najtrudniejszym egzaminem w życiu. Wszyscy chcemy być szczęśliwi w naszych domach. My, dorośli, nierzadko wyszliśmy z domów, gdzie brakowało ciepła, popełniamy błędy. Dzieci są świetnymi obserwatorami, więc mogą nam zwracać uwagę na wiele spraw, inicjować rozmowę.

Są przekonani, że rodzice nie zrozumieją, więc po co ich denerwować.

Daję im wtedy swój przykład: powtarzałam Afrodycie, żeby przychodziła do mnie z każdym problemem. Raz przyszła, powiedziała, a ja wybuchłam, no bo jak mogła. Ale zaraz pomyślałam: „Co ja robię? Jak się zachowuję?". Ochłonęłam i za jakiś czas spokojnie porozmawiałyśmy, znalazłyśmy rozwiązanie. Dlatego proszę młodych ludzi, aby dali rodzicowi czas, nie odzywali się, bo słowa ranią. Rodzic coś usłyszał i musi to przetrawić w samotności. To właśnie otwartość i szczerość budują zaufanie.

Jak młodzież na to reaguje?

Dobrze przyjmują to, co mówię. Kiedyś po spotkaniu podeszła do mnie dziewczyna, nauczyciele mówili o niej, że jest arogancka, nieprzystępna. Podniosła kciuk do góry i mówi: „Pani Eleni, było super!". Inna dziewczyna zaczęła rozmawiać ➤

Bezinteresowność jest dobra. Choć będą tacy, którzy nadużyją życzliwości. Wtedy trzeba się wycofać, pozbierać. JEDNAK PAMIĘTAM, ŻE TO NIE MOJA SPRAWA. To sprawa tej osoby. Ten ktoś będzie miał wyrzuty sumienia albo i nie będzie. To już nie należy do mnie.

z mamą. Mówi mi potem: „Nie wiedziałam, że mama mnie kocha". Nie wiem, co i kiedy do kogo trafi. Niedawno zaprosił mnie dziennikarz na wywiad do radia. Mówię o tych spotkaniach z młodzieżą, a on na to: „Jestem jednym z tych młodych, którzy pani słuchali. To było wiele lat temu. Wtedy nie bardzo rozumiałem, ale myślałem o tym, to we mnie cały czas dojrzewało, miało na mnie wpływ". Afrodyta nie żyje, od tego zaczynamy te spotkania. To dla nich mocny temat. Opowiadają o związkach pełnych zniewolenia, emocjonalnej przemocy. Jaka trudna bywa pierwsza miłość. My, dorośli, nie radzimy sobie z miłością, a co dopiero ludzie młodzi, na początku drogi. Rozmawiamy, zastanawiamy się, dlaczego złe rzeczy dzieją się na świecie. Szukamy przyczyn. Życie jest przecież takie piękne, cudowne, wystarczy rozejrzeć się dookoła. Dlaczego je tak komplikujemy?

Dlaczego?

Słyszę, jak trudno ludziom się spotkać. Wysyłamy SMS-y, mejle, to jest potrzebne, jednak nie zastąpi osobistego kontaktu. Jeśli kogoś nie znamy, bo nie mamy czasu go poznać, posłuchać, wtedy zaczynamy się go bać. Musimy pielęgnować relacje, bo inaczej będziemy bardzo samotni. Stracimy zaufanie do siebie, do innych i do życia.

W jednej z piosenek śpiewasz, że „dobry świat to ty i ja".

Oczywiście. My stwarzamy swój dobry świat. Poprzez miłość, życzliwość, serdeczność, zaufanie.

Skąd je brać?

Ja wyniosłam bardzo wiele z rodzinnego domu. Moja mama dwukrotnie straciła wszystko – dom, dobytek. Urodziła się w Turcji. Jej rodzina cudem przeżyła rzeź Greków na tamtych terenach. Udało im się uciec. Już jako dorosła osoba w latach 50. uciekała z rodziną z Grecji, która przeżywała czas wojny domowej. Urodziła dziesięcioro dzieci, dwoje zmarło. Przedzierali się przez góry, przez Jugosławię. Trafili do Czechosłowacji. Po czterech latach do Polski. Tu się urodziłam. Mieszkaliśmy w dwóch małych pokojach. Pamiętam, że kiedyś byliśmy z wizytą u zamożnych ludzi. Wróciliśmy do domu, a ja usiadłam na łóżku i mówię: „A u nas jest najpiękniej i najweselej!". Byliśmy szczęśliwi, dużo muzykowaliśmy, dom był pełen miłości i wzajemnego szacunku. Mieszkała z nami babcia, opiekowała się nami, rozwijała naszą dziecięcą wyobraźnię. Rodzice kochali ludzi.

Byłam wychowana w duchu dobroci, pomagania innym. Tata pracował jako stolarz. Wszystkie meble w domu zrobił sam. Często robił meble ludziom w potrzebie. Mówił: „Zatrzymaj pieniądze dla dzieci". Mama potrafiła każdego wytłumaczyć; jeśli zrobił coś źle, tłumaczyła, że ma problemy w rodzinie, że mu ciężko, że widocznie nie mógł inaczej postąpić. Nasiąkałam taką postawą – współczucia, wybaczenia, ponieważ dzieci uczą się, obserwując dorosłych. A potem weszłam w dorosłe życie i zobaczyłam, że nie wszyscy są tacy jak rodzice. Jaki wniosek mogłam z tego wyciągnąć? Nie ufaj? To jest zły wniosek.

Następnym razem być ostrożną?
Nie. Nie trzeba siebie chronić. Nie boję się kolejnego skrzywdzenia. Zresztą i tak siebie nie ochronimy. Czy mogłam przewidzieć, że spotka mnie tragedia? Nikt z nas nie jest w stanie czegoś takiego przewidzieć. Myślimy, że pewne rzeczy nas nie dotyczą. Jednak dopóki żyjemy, wszystko nas dotyczy, wszystko może się zdarzyć, możemy zostać oszukani i zdradzeni.

Tak zdarzyło się ostatnio?
Jakiś czas temu przeczytałam o sobie w gazecie, że zamknęłam się przed ludźmi, nie występuję, choruję. Nie wierzyłam własnym oczom! Skąd dziennikarz wziął takie informacje? Zaczęli dzwonić fani i pytać, jak się czuję, leżąc w szpitalu! To wywołało ogromne zamieszanie wśród ludzi, którzy zamówili u mnie koncerty. Pytali, czy je odwołać, czy będą następne. Inni organizatorzy przestali zamawiać koncerty, co, oczywiście, odbiło się na mojej firmie. Musiałam pohamować mojego menedżera, który obstawał przy tym, żebyśmy wnieśli sprawę do sądu. Ktoś nie wywiązał się ze zobowiązań, na przykład nie wypłacił pieniędzy po koncercie. Widzę w nim człowieka, który ma problemy, być może jest chory. Ale, oczywiście, wyciągam wnioski, na szczęście jest wiele osób solidnych, z którymi współpraca dobrze się układa. Nie muszę pracować ze wszystkimi. Oddalam się, dystansuję, ale nie żywię urazy. Proces w sądzie niszczy wszystkich, bo to przecież stresy, nerwy, przeżywanie wszystkiego na nowo. Nikt nie wygrywa. Pierwsze, co się pojawia, to oburzenie: „Jak on mógł!". Potem można pójść albo w zemstę: „Ja mu pokażę!", albo w odpuszczenie. No widocznie mógł! Postawa człowieka to jest jego wybór. Czy mogę kogokolwiek zmienić? Nie mogę. Mogę wybaczyć. Jeśli nie będziemy ufać mimo wszystko, nie będziemy się rozwijać. Ktoś mi powiedział, że moja dobroć graniczy z naiwnością. To prawda. Jednak jeśli nie mamy dostępu do naszej dobroci graniczącej z naiwnością, wtedy kalkulujemy dobroć, i ona już nie jest taka czysta, stuprocentowa. Doszłam do tego, że bezinteresowność jest dobra. Choć będą tacy, którzy nadużyją życzliwości. Wtedy trzeba się wycofać, pozbierać. Jednak pamiętam, że to nie jest moja sprawa. To sprawa tej osoby. Ten ktoś będzie miał wyrzuty sumienia albo i nie będzie. To już nie należy do mnie. Mogę się z tą osobą nie spotykać. Ale jestem już bogatsza o kolejne doświadczenie. Gdy odpuszczam krzywdę, a wybieram współczucie, wtedy jestem silniejsza. Im więcej takich sytuacji, tym więcej siły. Oczywiście, mam gorsze dni, dołki. Pojawia się jakaś trudna myśl. Nie wolno za nią iść! To tylko myśl. Odganiam ją, bo jeśli zostawię, może mnie pociągnąć w dół. Wtedy najlepiej zająć się czymś pożytecznym. Cały czas trzeba być czujną, pracować nad tym. Już jestem silna, raz na zawsze – tak nie jest. Czytam, sięgam do książek, które mnie wzmacniają, podkreślam ołówkiem ważne myśli, a potem do nich wracam. I odczytuję je inaczej, bo minął jakiś czas. Nieustannie się rozwijamy.

Co teraz czytasz?
„Życiodajną śmierć" Elisabeth Kübler-Ross. Amerykańska lekarka pisze o tym, jak małe dzieci chore na nowotwory przygotowują swoich rodziców na to, że już wkrótce umrą. Niesłychane. Te dzieci wiedzą, czują coś, do czego my, dorośli, straciliśmy dostęp. Od lat czytam „Proroka" Khalila Gibrana i ciągle podkreślam coś nowego.

Eleni znają wszyscy, starzy i młodzi, sprawdziłam. Wygląda na to, że twoja muzyka jest ponad pokoleniowymi podziałami.
Po niedawnym koncercie podszedł do mnie chłopak – łysy, w skórzanym ubraniu i mówi: „Babcia nie mogła przyjść, to wziąłem bilet i jestem. Podobało mi się!". ➤

ELENI *wydała 17 płyt, spośród których dwie uzyskały status złotych, a jedna platynowej. Na najnowszej pt. „Miłości ślad", wydanej po 11 latach, śpiewa piosenki o różnorodnym charakterze, w tym – jak zawsze – utrzymane w klimatach greckich.*

Z BIBLIOTEKI
RENATY ARENDT-DZIURDZIKOWSKIEJ

MOŻEMY UFAĆ! Mówią mistrz dawnych kultur, psycholog i naukowiec.

Wolność w głowie i w sercu

Don Miguel Ruiz

„GŁOS WIEDZY”

Sensus

Zachwycająca książka. Don Miguel Ruiz, autor „Czterech umów” i „Ścieżki miłości”, jest spadkobiercą Tolteków – niezwykłej społeczności naukowców i artystów zamieszkujących przez tysiące lat południową część Meksyku. Pradawna mądrość przodków Ruiza trafia w samo serce. Dużo tu o odzyskiwaniu wewnętrznej mądrości, duchowej równowadze i szczęściu. Sporo też o zaufaniu. Nie ufaj głosom w twojej głowie, które cię oceniają, przekonują, że musisz się wstydzić i czuć się winna, że jesteś zła i czeka cię kara, pisze Ruiz. Nie pozwól się tyranizować. Twoja prawdziwa natura to miłość i niewinność. Jesteśmy stworzeni do miłości. Kochając siebie, wybieramy miłość.

Jak uspokoić te natrętne głosy, które robią tyle hałasu i przeszkadzają miłości? Toltekowie to wiedzieli i praktykowali. Ruiz dzieli się z nami wiedzą, która jemu samemu przyniosła wolność, radość i spełnienie.

Świat to ja

Arnold Mindell

„OTWARTE FORUM. PRAKTYKA GŁĘBOKIEJ DEMOKRACJI”

Deep Democracy Exchange

Dla większości z nas konflikt jest czymś przerażającym, pisze Arnold Mindell, dlatego unikamy napięć. Tworzymy tym samym konflikt z konfliktem, a to największa wojna. Nie pojmujemy, że tyran to nie tylko szef, premier czy prezydent, ale praktycznie każdy z nas. Każdy z nas może bezwiednie ranić przez zwykły fakt bycia nieświadomym władzy, którą posiada, oraz tego, jak jej używa. Prawdziwym problemem nie są „dyktatorzy” czy system, ale brak świadomości. Uświadomienie sobie najgłębszych ludzkich doświadczeń wewnętrznych przemienia prawie każdą grupę czy sytuację na świecie i wydobywa ją z dotychczasowego impasu. Przemiana społeczna przynosi trwałą wolność i równość wtedy, gdy społecznościom i jednostkom wolno swobodnie wyrażać siebie, czyli grać swoją rolę w teatrze życia. Świat to my. Społeczność to my. W naszym wnętrzu istnieje potencjał wszystkiego. Książka Mindella to prawdziwy skarb. Lekarstwo na brak nadziei i zaufania.

Najwyższa Inteligencja w naszym DNA

Gregg Braden

„KOD BOGA. BOSKI PIERWIASTEK W KAŻDYM Z NAS”

Studio Astropsychologii

Zaufanie ma podstawy naukowe. Einsteina zapytano kiedyś, jak rozumie Boga. Odpowiedział, że w każdej chwili dnia otrzymujemy dowody na Jego istnienie; Wyższa Inteligencja przejawia się w świecie, który widzimy i możemy poznać zmysłami. Gregg Braden posuwa się jeszcze dalej – odkrywa Wyższą Inteligencję w naszych ciałach i w całym stworzeniu: „Boska więź łączy kod genetyczny wszystkich form życia”. Te odkrycia są prawdziwie rewolucyjne, gdyż wskazują na to, że fundament naszego istnienia ukształtowany jest z esencji bezkresnej, nieograniczonej i wiecznej. O tym mówią też wszystkie tradycje duchowe: zostaliśmy wyposażeni w tajemniczą iskrę, nić esencji duchowej, która na zawsze łączy nas z innymi ludźmi i ze Stwórcą. A to, jak pisze Braden, jest obietnicą, że możemy przekroczyć uwarunkowania i ograniczenia naszego życia i działać, i tworzyć z miejsca tej wiecznej więzi. Jak tu nie ufać? ●

ZDJĘCIA: RAFAŁ MASŁOW, REPORTER/EAST NEWS, ARCHIWUM PRYWATNE.

Poznaj sekret młodości, testuj z nami krem **DIVINE L'OCCITANE**

Drogocenny i odmładzający ekstrakt z nieśmiertelnych kwiatów immortelle stał się inspiracją dla marki L'OCCITANE, która na jego bazie stworzyła wyjątkowy krem – Divine. Jeśli chciałabyś poznać odmładzające właściwości kremu Divine, weź udział w naszej akcji. Odkryj sekret młodości i zatrzymaj czas.

Na Korsyce rośnie niezwykła roślina... Immortelle! To kwiat, który nigdy nie więdnie - nawet po zerwaniu. W 2001 roku marka L'OCCITANE odkryła nieznane dotąd sekrety tego legendarnego kwiatu i opatentowała jego wyjątkowe właściwości odmładzające. Wyciąg z immortelle z Korsyki - jedynej odmiany tej rośliny na świecie, która zawiera efektywne, wysokie stężenie octanu nerylu - w wyjątkowy sposób łagodzi oznaki starzenia skóry, koi ją i przywraca młodzieńczy blask. Najnowsza formuła kremu Divine łączy działanie ekstraktu z immortelle z dodatkowymi siedmioma aktywnymi składnikami pochodzenia naturalnego (koniczyną bagienną, mirtem i miodem z Korsyki, stokrotką, kwasem hialuronowym, olejkiem z wiesiołka, olejkiem z Inicznika). Wszystko po to, żeby zredukować widoczne efekty upływu czasu i podarować skórze drugą młodość. Dzięki nowej formule i kompleksowemu działaniu w sercu komórek naskórka, krem Divine L'Occitane stymuluje siedem oznak młodej skóry:

elastyczność, jędrność, gęstość, gładkość, jednolity koloryt, blask i odżywienie.

Po raz pierwszy w historii L'OCCITANE przeprowadziło badania produktu z udziałem 100 kobiet*. Po 6 miesiącach stosowania kremu Divine, wyniki badań i efekty działania kremu były więcej niż zadowalające:

- Krem Divine wyraźnie WYGŁADZA ZMARSZCZKI, POMAGA PRZYWRÓCIĆ I ODBUDOWAĆ KONTUR TWARZY;
- Według 85% kobiet WYRAŹNIE REDUKUJE PRZEBARWIENIA, KURZE ŁAPKI WOKÓŁ OCZU, POPRAWIA WYGLĄD SZYI;
- 95% badanych kobiet poleciłoby krem Divine swojej przyjaciółce!

* Badania zostały przeprowadzone we współpracy z Centrum Eksperymentalnych Badań Klinicznych (Centre d'Investigation Clinique de la Conception) przy organizacji publicznej „Szpitale Marsylskie" (Assistance Publique - Hôpitaux de Marseille).

JAK WZIĄĆ UDZIAŁ W TESTOWANIU KREMU DIVINE?

Odpowiedz na pytanie: Dlaczego chciałabyś wziąć udział w testowaniu Kremu Divine L'Occitane?

Aby wziąć udział w testowaniu kosmetyków, wyślij e-mail (na adres: konkurs@zwierciadlo.pl wpisując w temat maila TESTOWANIE DIVINE) z odpowiedzią na powyższe pytanie oraz informacją, że akceptujesz regulamin testowania. Na autorów najciekawszych wypowiedzi czeka 100 kremów do testowania, każdy o wartości 350 zł. Na e-maile czekamy do 26 września 2013 r. Organizatorem testowania jest L'Occitane Polska Sp. z o.o. Pełny regulamin oraz szczegóły testowania są dostępne na stronie www.zwierciadlo.pl.

ZDJĘCIA: MATERIAŁY PRASOWE L'OCCITANE EN PROVENCE.

L'OCCITANE
EN PROVENCE

CIĘŻKO NA TO PRACOWAŁAM

TO O NIEJ REŻYSERKA AGNIESZKA HOLLAND POWIEDZIAŁA, ŻE MA CHARYZMĘ GWIAZDY, TALENT I AMBICJĘ, CZYLI WSZYSTKO, CO POZWALA ZROBIĆ KARIERĘ W HOLLYWOOD. PO ŚWIETNEJ DŻEMMIE Z „PITBULLA" I NIEZAPOMNIANEJ PESTCE Z „OBŁAWY" NIEDŁUGO ZOBACZYMY *Weronikę Rosati jako... Veronicę* W FILMIE „LAST VEGAS" W TOWARZYSTWIE MICHAELA DOUGLASA, ROBERTA DE NIRO, KEVINA KLINE'A I MORGANA FREEMANA.

Rozmawia KATARZYNA OLKOWICZ Zdjęcia MARLENA BIELIŃSKA/MOVE

Dopiero teraz mam pełną świadomość jako aktorka, kobieta, człowiek. JESTEM DOJRZALSZA, BARDZIEJ DOŚWIADCZONA.

Co robisz w Polsce?
Skończyłam zdjęcia do filmu „Obce ciało" Krzysztofa Zanussiego, gram gościnną rolę w serialu „Hotel 52". Od lat żyję na walizkach, miesiąc spędzam tu, miesiąc tam, to mnie męczyło, nie mogłam się skupić na jednym projekcie. Będąc w Stanach, miałam poczucie, że muszę wracać do Polski, będąc w Polsce, myślałam, że może już powinnam być tam. I zdecydowałam, że zaryzykuję, zostanę w jednym miejscu dłużej. Teraz plan jest taki: pół roku tu, pół roku w Los Angeles. Przez to „szarpane" życie często miałam tak, że świetne propozycje przychodziły wtedy, kiedy akurat wyjeżdżałam. Miałam poczucie, że cały czas coś mnie omija.

Łatwo jest wybierać, gdy tu kusi, tam nęci?
Wielu polskich aktorów mogło wyjechać i spróbować w Stanach, ale się bali. Głównie utraty pozycji, którą mieli tutaj. Ja się nie bałam, bo jej nie miałam. Po roli Dżemmy w filmie „Pitbull", a przed „Obławą", nie dostawałam żadnych filmowych propozycji, tylko serialowe. Cieszyłam się z nich, ale chciałam czegoś więcej. Więc poleciałam do Nowego Jorku na studia do Lee Strasberg, żeby spełnić swoje marzenie. Potem był festiwal polskich filmów w Los Angeles, gdzie pojechałam z filmem „Pitbull". Jednak nigdy nie miałam zamiaru zostać tam na stałe. Wciąż nie mam. Ale tak samo nie mam zamiaru ze Stanów zrezygnować i być na stałe w Polsce. Lata spędzone za oceanem sprawiły, że USA są moim drugim domem, mam zieloną kartę, mogę się starać o obywatelstwo. Mam ten luksus, bo ciężko na to pracowałam.

Ciężka praca daje wolność wyboru?
Teraz tak, ale nie miałam tego komfortu jeszcze trzy lata temu. Dopiero rolą Pestki w „Obławie" udowodniłam, że dobre recenzje po „Pitbullu" nie były przypadkowe.

Zastanawiałaś się, dlaczego tak się zadziało? Przecież bardzo dobrze zagrałaś, byłaś chwalona, a potem nastąpiła cisza. Agata Buzek na początku kariery traktowana była podobnie: mówiło się, że dostaje role dzięki ojcu. Ale ludzie szybko dali jej spokój, gdy zobaczyli, że jest dobrą aktorką. Udało jej się odciąć od rodziców już na początku drogi zawodowej, a twoi jeszcze długo ważyli na twoim wizerunku.
Mój tata niczego mi nie załatwiał, bo działa w zupełnie innej branży. Po prostu od najmłodszych lat fascynował mnie film, chodziłam do kółka teatralnego u państwa Machulskich, stamtąd trafiałam na castingi, pierwszy raz zagrałam w serialu, mając 16 lat. Ale nigdy świadomie nie dawałam powodów, by o mnie pisano. Chociaż nie, namówiono mnie na to raz, miałam wtedy 20 lat, i dziś tego żałuje. Nie zdawałam sobie sprawy z tego, że to będzie się za mną tak długo ciągnąć...

Wydaje mi się, że wiem, o którym wywiadzie mówisz, udzieliłaś go ze swoim ówczesnym partnerem.
A to było dziesięć lat temu! Gorzej, że w moim przypadku sukcesy były pomniejszane. Ale to już nie ma dla mnie takiego znaczenia. Jestem nawet mile zaskoczona, gdy ktoś napisze o mnie rzetelny, wiarygodny artykuł. Bo nawet jeśli gram tylko epizod w filmie „Stand up Guys" z Alem Pacino i Christopherem Walkenem, można złośliwie skomentować mój wygląd, ale można też napisać obiektywnie, że owszem, to jest tylko epizod, ale super widzieć naszą polską aktorkę na planie z takimi gwiazdami.

Ale ja czytałam podobne komentarze.
Tak, teraz się to już zdarza, ale wciąż mnie to zaskakuje, bo większość komentarzy w Internecie jest negatywna, nieobiektywna. Niekiedy nawet dziennikarzom się to zdarza. Na przykład kiedy pisano o produkcji „Iceman", jedna recenzja była taka: Fajnie, że Weronika ma scenę z Winoną Ryder, nie jest to duża rola, ale jest. A druga: Rosati przez cały film nie mówi ani słowa i tylko przemyka przez ekran. Ewidentnie widać, że dziennikarz nie widział filmu. Mam alergię na kłamstwo. Dla mnie hipokryzja, zakłamanie to najbardziej odrażające cechy. Wiele osób dzięki nieprawdziwym opowieściom i dobremu PR-owi oraz uczepieniu się ramienia sławnej osoby staje się celebrytami. I ja nie mam z tym problemu, niech robią, co chcą, ale smutne jest, gdy wrzuca się mnie z nimi do jednego worka. Bo ja zagrałam chociażby w serialu „Luck" dla amerykańskiego HBO z takimi gwiazdami, jak Dustin Hoffman i Nick Nolte.

Przykro ci z tego powodu?
Czasami było mi przykro, bo zawsze starałam się postępować fair i uczciwie.

Rozmawiamy, jakbyś miała za sobą sto lat życia, a tak naprawdę masz ledwie 29.
Dopiero teraz mam pełną świadomość jako aktorka, kobieta, człowiek. Jestem dojrzalsza, bardziej doświadczona. Charakter mi się nie zmienił, mam tę samą wrażliwość, ale myślę, że nabrałam większego poczucia humoru i dystansu. Mam swoje prywatne życie i staram się je chronić. Dlatego w Stanach czuję się świetnie, bo wciąż jestem tam anonimowa. W Polsce stosunek do mnie się zmienił zwłaszcza po roli w „Obławie", za którą byłam nominowana do Orłów za główną rolę kobiecą. Jest wielu rzetelnych dziennikarzy, którzy dają mi szansę ➤

Nie mogę narzekać, bo przez ostatnie dwa, trzy lata SPEŁNIŁAM SWOJE MARZENIA ZAWODOWE.

pokazania się od innej strony. Gdy wchodzi na ekrany film z moim udziałem, to chętnie o nim opowiadam. To zresztą należy do standardowych obowiązków aktorów. Dziś coraz częściej spotykam się z przejawami sympatii i gratulacjami zarówno ze strony mojego środowiska, jak i ze strony całkiem obcych ludzi.

Paradoksalnie „Obława", w której występowałaś obdarta, bez makijażu, wyzbyta kobiecości, spowodowała, że dostrzeżono w tobie zarówno dorosłą kobietę, jak i dojrzałą aktorkę.
Sama zaproponowałam taki nieatrakcyjny wygląd na planie. Pomyślałam, że dziewczyna podczas wojny pracująca w oddziale, gdzie są sami mężczyźni, i tak jest w nieustannym zagrożeniu. Więc nawet aseksualna będzie wzbudzać ich zainteresowanie. A i tak na końcu staje się obiektem seksualnym.

Ale na własne życzenie. Zostaje zmuszona do tego przez okoliczności, jednak ma wybór: mogła się nie zgodzić na takie rozwiązanie.
Według mnie nie miała wyboru. Gdy grałam Pestkę, myślałam o mojej bratanicy. Gdyby była wojna, gdybym miała tylko ją, też bym tak postąpiła. Każda matka da się zabić dla dziecka, dla rodziny, więc dla mnie to był wybór pozorny. Nie można było podjąć innej decyzji.

Pestka poświęciła nie tylko swoją godność, ale też życie oddziału dla jednej osoby, swojej siostry, w dodatku nie mając żadnej gwarancji, że ją ocali.
Bo była bardzo młoda, naiwna. W wieku 23 lat nie myśli się o gwarancjach. Jest się bardziej ufnym, nie zdaje sobie sprawy z zagrożenia, konsekwencji.

Gdybyś wcześniej miała lepszą prasę, mogłabyś się bardziej rozwinąć? Mieć na koncie więcej takich ról?
Myślę, że tak. Ale z drugiej strony – łatwiej mi było podjąć studia w Stanach i paradoksalnie dało mi to szansę zaistnienia za granicą.

Czyli wręcz pomogło?
Tak mi było pisane i nie umiem sobie wyobrazić, żeby było inaczej. Nie mogę narzekać, bo przez ostatnie dwa, trzy lata spełniam swoje marzenia zawodowe. Zagrałam z wielkimi aktorami amerykańskimi, większe lub mniejsze role, ale zawsze, bardzo ciekawą, ciężką rolę w „Obławie", małą, ale znaczącą w mojej karierze rolę u Agnieszki Holland w filmie „W ciemności", teraz u Krzysztofa Zanussiego. To wielkie nazwiska, ludzie, z którymi chciałabym jeszcze pracować. I daje mi to komfort, że jak czegoś nie chcę robić, to nie muszę.

Nie masz potrzeby zakorzenienia się? Może trochę uciekasz?
Nie. Jeśli będą ku temu ważne powody, będę potrafiła zamieszkać gdzieś na stałe. Na przykład gdy pojawi się dziecko. Chcę je mieć, ale nie wiem, czy w tym momencie. Gdy tak się już stanie, na pewno zrezygnuję z takiego trybu życia. I nie będzie to dla mnie problem. Ale jeśli teraz jestem w Polsce i kręcę serial, to cieszę się tą pracą, tym, że mogę pobyć z rodziną, przyjaciółmi, nie myślę o tym, co będzie za miesiąc, co dalej z moją karierą, a jednocześnie cały czas pracuję na moją przyszłość. Walczę o projekty, szukam dla siebie scenariuszy. Chciałabym, żeby propozycje spływały same, jednak nie zawsze tak jest. Ani w Polsce, ani w Stanach. Szukam i gdy znajduję, mam ogromną satysfakcję. Tak było z „Last Vegas" i ze „Stand up Guys": przeczytałam scenariusz, wypatrzyłam te role i przez kilka miesięcy mój menedżer walczył, żeby mnie przyjęli w ogóle na casting.

W ciągu ostatnich lat więcej masz w filmografii poważnych filmów amerykańskich niż polskich. Jak wybierasz scenariusze: bo zagra Sharon Stone czy dlatego, że historia ciekawa albo reżyser ma dobre nazwisko, a może bierzesz wszystko, byle grać?
Gram nie tylko w Stanach, również we Francji. „Largo Winch II" z Sharon Stone jest wbrew pozorom produkcją francuską, w „Dame de pique" zagrałam główną rolę. Szkoda, że ten film nie był pokazywany w Polsce. Wszystkie role dostaję z castingu i to jest mój wybór, czy na taki casting pójdę. Są castingi, które odrzucam, bo na przykład rola wymaga za dużo nagości.

Boisz się, co ludzie powiedzą?
Nie, chcę mieć święty spokój. Ja się nie boję rozebrać. Jeśli film jest ciekawy, zrobię to, ale mnie bardzo stresują takie sceny. Praca powinna sprawiać przyjemność. Na przykład niedawno odrzuciłam propozycję spotkania z castingowcem serialu „Moda na sukces", mimo że nalegał na to mój menedżer, bo nie chcę się na tak długo wiązać z jednym serialem, więc to nie miało sensu. Gdy kręciłam „Obławę", był casting do filmu z Robertem De Niro, na który się nie stawiłam. Potem ktoś napisał, że odmówiłam De Niro. A to nieprawda.

Jesteś skromna. Agnieszka Holland powiedziała, że jest jedna polska aktorka, która ma szanse coś w Hollywood zrobić, bo ma charyzmę gwiazdy, jest zdolna i ambitna. To było o tobie.
To miłe, ale ja nie patrzę na to w ten sposób, że jestem jedyną osobą, której może się w Hollywood udać. Zresztą, jeśli tak na to spojrzymy, to mnie się już udało, zagrałam w wielu fajnych filmach. Ale czy słowo „udało się" jest dobrym określeniem? Ja ciężko na to wszystko pracuję. I to nie jest tak, że zrobiłam ➤

wielką karierę albo nie zrobiłam jej wcale, bo serial w HBO skasowali. Nie ma sensu tego tak rozpatrywać.

Skąd w tobie tyle smutku?
Nie jestem smutna z natury. Ale czasem jest mi przykro, gdy jestem oceniana niesprawiedliwie czy przez pryzmat bezpodstawnych uprzedzeń.

Masz przyjaciół, do których możesz zadzwonić, gdy jest ci źle, wypłakać się?
Ja się nie wypłakuję. Ale mam przyjaciół, do których zawsze mogę zadzwonić. Są to osoby w różnym wieku. Łączy je jedno: mieszkają w Stanach. Mężczyzna, z którym się związę na zawsze, też musi być moim przyjacielem.

Co trzeba zrobić, żeby zostać twoim przyjacielem, żebyś zaufała?
Być prawdomównym, lojalnym, wrażliwym, mieć pasję...

Ale żeby się przekonać o tej prawdomówności, lojalności, najpierw musisz taką osobę do siebie dopuścić.
Zanim moi przyjaciele zostali moimi przyjaciółmi, byliśmy przez parę lat znajomymi. Ja się nie bratam od razu, zajmuje mi to dużo czasu. Z moim najlepszym przyjacielem znaliśmy się trzy lata, zanim się bardzo zżyliśmy. Mój menedżer jest jedną z najbliższych mi osób, ale to też nie stało się tak po prostu. Dużo pracowaliśmy, dzwoniliśmy do siebie dziesięć razy dziennie w sprawach zawodowych i w którymś momencie zauważyliśmy, że te rozmowy przeszły na grunt prywatny. Potem, gdy odchodził z firmy i zakładał własną, lojalnie z nim odeszłam. Ja w ogóle staram się otaczać dobrymi ludźmi.

Zawsze powtarzałaś, że mama jest twoją najlepszą przyjaciółką. Zwierzasz jej się z intymnych rzeczy?
Nie mam potrzeby dzielenia się moją intymnością. Mama jest przyjaciółką, ale przede wszystkim mamą. Wbrew temu, co się pisze, nie ingeruje i nigdy nie ingerowała w moje życie. Potrafi dać mi wolność.

Tata jest bardziej z boku?
Bardzo lubię się z tatą, tylko on jest i zawsze był bardzo zajęty, spędzaliśmy mniej czasu razem, ale właściwie przyjaźnię się z nim tak samo mocno jak z mamą. Rzadko mówi się o moim bracie, jego dzieciach i żonie. A są mi równie bliscy. Moja rodzina jest ze sobą silnie związana, choć widujemy się nie tak często, jak byśmy chcieli.

Naprawdę? Ja mam wrażenie, że jesteście z mamą nierozłączne.
Obie działamy w pokrewnych dziedzinach, dostajemy niezależnie osobne zaproszenia na te same premiery, gale i inne wydarzenia. Byłoby śmieszne, gdybyśmy na nie przychodziły osobno. A poza tym uwielbiamy ze sobą przebywać.

Najbliższa przyszłość?
Nigdy nie mówię o rzeczach, które dopiero będą, ale czekam na premiery filmów, w których już zagrałam. Oprócz wspomnianego filmu „Obce ciało" i serialu „Hotel 52", w którym mam świetną rolę – czarny charakter à la Alexis, będzie też „Last Vegas" z Michaelem Douglasem, Robertem De Niro, Kevinem Kline'em, Morganem Freemanem, wszystkie pod koniec roku. Nie mam poczucia, że muszę pracować cały czas. W sumie przydałyby mi się ze dwa miesiące wakacji. Ja już się w tym roku nagrałam.

No i piszesz książkę o gwiazdach starego kina.
Stare kino to nierozerwalna część mnie. Odkąd pamiętam, zbierałam kasety VHS, potem DVD ze starymi filmami. Cały mój pokój był w książkach o gwiazdach Hollywood, w ich biografiach. Zauważyłam, że w Stanach jest kult starego kina i aktorów z tamtej epoki. U nas nie. Chciałam zarazić tym ludzi, więc zaczęłam pisać. Najpierw był to tekst na próbę, dla mnie samej, o Bette Davis, która mnie bardzo fascynowała. Nie miałam wtedy pracy, a że nie lubię siedzieć bezczynnie, zaczęłam czytać książki o niej, stare wywiady, oglądać filmy z jej udziałem już pod kątem artykułu. Potem tekst wysłałam próbnie w kilka miejsc. Spodobał się, to mnie zachęciło do dalszego pisania. To zajęcie czasochłonne, bardzo absorbujące. Napisanie jednej sylwetki zajmuje mi około dwóch, trzech miesięcy. Każdą gwiazdę dokładnie analizuję, bo to ma być portret jej duszy.

Czujesz je?
Tak, zaczynam wtedy żyć ich życiem, przeżywam to, co się u nich działo. Moi najbliżsi wiedzą, że jak piszę, to bardzo mnie to wciąga. Pytają mnie wtedy: kim teraz się zajmujesz i jaki był główny problem tej osoby? A ja bardzo starannie studiuję życie moich bohaterów. Staram się wczuć w ich psychikę, poznać ich prawdziwe oblicze. Zasada jest taka: piszę o gwiazdach, które miały bardzo silne osobowości, grały do końca życia, a teraz są w jakiś sposób zapomniane, niedoceniane. Podążam ich tropem. Chcę stworzyć portrety kobiet, których życie zawodowe miało ogromny wpływ na życie prywatne i odwrotnie. To mnie fascynuje. ●

WERONIKA ROSATI *aktorka, 29 lat. Zagrała w wielu serialach i filmach polskich (m.in. w „Pitbullu") i zagranicznych, m.in. u boku Sharon Stone, Dustina Hoffmana, Winony Ryder. W 2013 r. nominowana do nagrody Orłów za główną rolę kobiecą w „Obławie". Niedługo zobaczymy ją w hollywoodzkiej produkcji „Last Vegas" i obrazie Krzysztofa Zanussiego „Obce ciało".*

STYLIZACJA: DOMINIKA ZASŁONA-DUKIELSKA I MARCIN BRYLSKI. MAKIJAŻ: JULITA JASKÓŁKA. FRYZURY: PIOTR WASIŃSKI/VAN DORSEN TALENTS. PRODUKCJA: DOMINIKA ZASŁONA-DUKIELSKA. ASYSTENCI FOTOGRAFA: BERNARD HOŁDYS I BOGDAN JABŁOŃSKI. MANICURE: FIUU FIUU DAY SPA. BODY ANETTE GÖRTZ/EM CASHMERE, SUKIENKA TERESA ROSATI, ZEGAREK DKNY, MARYNARKA JOANNA KLIMAS, SZORTY MMC, BRANSOLETKI WŁASNOŚĆ WERONIKI ROSATI.

KLUCZ

Reżyser teatralny, o którym dużo się ostatnio mówi i pisze. 24-letni *Paweł Świątek* ma na koncie sześć spektakli i kalendarz zapełniony do końca 2014 roku.

Tekst ZOFIA FABJANOWSKA-MICYK
Zdjęcia ŁUKASZ GAWROŃSKI

ROCZNIK 1989. TRZYKROTNY STYPENDYSTA MINISTRA KULTURY, W TYM ROKU OTRZYMAŁ STYPENDIUM Z MINISTERSTWA NAUKI I SZKOLNICTWA WYŻSZEGO. BYŁ NOMINOWANY DO GWARANCJI KULTURY I DO TALENTÓW TRÓJKI. GŁOŚNO ZROBIŁO SIĘ O NIM PO DYPLOMIE, ZREALIZOWANYCH W OPOLU JEDNOAKTÓWKACH SAMUELA BECKETTA.

Na ostatnim Open'erze pokazywano jego „Pawia królowej" według powieści Doroty Masłowskiej. Ciekawie było popatrzeć, jak młodzi ludzie, którzy przyjechali na koncerty Rihanny czy Arctic Monkeys, 17-, 18-latki, z których wielu nigdy wcześniej nie było z własnej woli na żadnym przedstawieniu, przychodzą do namiotu teatralnego. Reagowali: wkurzali się, byli zszokowani, podobało im się. Wybór sztuki też ma tu znaczenie. W środowisku mówi się, że Masłowska jest niebezpieczna, że się nie nadaje do teatru. U Pawła aktorzy w białych strojach do tenisa na ascetycznym, podzielonym prostopadłymi liniami zielonym tle – trochę jak na ekranie komputera – rzucają tekstami z książki. Idą na żywioł, ale nigdy nie improwizują. Klną, wyrzucają z siebie napisane przez Masłowską zdania. Tego pozornego bełkotu trudno się nauczyć na pamięć, jeszcze trudniej to potem wywrzeszczeć ze sceny i nie zamęczyć widza na śmierć. A jednak „Paw królowej" się broni. To jeden z najbardziej chwalonych spektakli zeszłego sezonu.

Zapamiętajcie tę odpowiedź

Na reżyserię w Krakowie przyjęli go od razu po liceum. W historii krakowskiego PWST coś takiego zdarzyło się może trzy razy. Jest taka niepisana zasada – zdający powinni mieć za sobą inną uczelnię, najlepiej artystyczną, wiedzę z różnych dziedzin i doświadczenie życiowe. Składający się z czterech etapów egzamin wstępny jest długi i żmudny: najpierw trzeba złożyć swój egzemplarz reżyserski: analizę dramatu, swoją wizję przedstawienia. Potem musisz bronić jej przed profesorami, którzy zadają ostre, ścinające kandydatów pytania. Trzeba przejść egzamin praktyczny, w czasie którego przygotowuje się z aktorami wybraną scenę, a na koniec (do tego etapu docierają nieliczni) przejść sprawdzian z wiedzy ogólnej. Ludziom puszczają nerwy, wychodzą z sali zdruzgotani. Nie sposób uzyskać maksymalnej liczby punktów, z ponad setki osób przyjmowane są cztery, rzadko się zdarza, żeby cała czwórka dotrwała do końca studiów. Paweł z egzaminów pamięta nerwy i że opowiadając przed kilkunastoma profesorami o swoim pomyśle na „4.48 Psychosis" Sarah Kane, przez cały czas myślał, że nawet jeśli nie zda, to i tak chce robić taki teatr. Pamięta też, że w październiku na pierwszych zajęciach Krystian Lupa poprosił, żeby napisali na kartce, czym jest dla nich reżyseria: „Zapamiętajcie tę odpowiedź, po drodze jeszcze ze 20 razy będziecie zmieniać zdanie, ale na koniec do niej wrócicie".
Paweł napisał wtedy, że najważniejszy dla niego jest moment spotkania. Że spotkanie z widzem i aktorem jest dla niego kluczem.

Wałbrzych

O mieście, w którym się wychował, mówi, że wydaje się dużo mniejsze, niż jest w rzeczywistości: lasy, góry i zamknięte kopalnie, inaczej odczuwa się pory roku, inaczej pachnie powietrze. Chodził do szkoły akurat wtedy, kiedy Wałbrzych zaczął się kojarzyć z awangardowymi projektami Teatru Dramatycznego. Z głośnymi przedstawieniami Mai Kleczewskiej czy Jana Klaty.
Był czas, kiedy Pawła niespecjalnie to interesowało. Był absolutnie przekonany, że zostanie dziennikarzem, w liceum chodził do klasy o profilu dziennikarskim, brał udział w warsztatach: uczyli się czytać z promptera, co to jest flesz, jak ➤

INTERESUJE GO CZŁOWIEK UWIKŁANY W ŚWIAT MEDIÓW: OSACZONY REKLAMAMI, ZAPATRZONY W TELEWIZJĘ, INWIGILOWANY W INTERNECIE PRZEZ WIELKIE KONCERNY.

przygotować telewizyjną ramówkę. Podczas jednego z takich spotkań, z zaproszonym bardzo znanym dziennikarzem, Paweł zadał pytanie, jak to jest z wiadomościami w Telewizji Polskiej? Zgodnie ze swoją misją TVP powinna zajmować się także sprawami lokalnymi, więc dlaczego – jeśli już w ogóle porusza się wątki lokalne, nie globalne – głównie mówi się o Warszawie: „Czy to jest pana zdaniem w porządku?". Bardzo znany dziennikarz odpowiedział krótko. Jeżeli jego program ma mieć pięć milionów oglądalności, to przy tej konkurencji on musi szukać informacji, które są atrakcyjne, a nie myśleć, co jest w porządku. Paweł śmieje się, że taki był koniec jego marzeń o publicystyce. Co to za kompromis? Show ważniejszy od prawdy, biznes od realnej rozmowy. Nie chciałby uprawiać ani takiego dziennikarstwa, ani teatru.

Zrobiliśmy, wymyśliliśmy

Na studiach realizował na profesjonalnych scenach ciekawe, nowatorskie projekty, ale tak naprawdę przepustką był jego wystawiony w Opolu dyplom, grane razem jednoaktówki Becketta: „Komedia", „Szczęśliwe dni" i „Ostatnia taśma Krappa". Po chwalonej przez krytyków premierze Paweł dostał propozycje spektakli m.in. dla Starego Teatru w Krakowie i dla Polskiego we Wrocławiu, gdzie jest dzisiaj na etacie. Beckett pisał o śmierci i lęku przed zapomnieniem, Paweł zrobił na opolskiej scenie przedstawienie o nowych sposobach zapamiętywania. O nagrywaniu, rejestrowaniu wrażeń, których i tak nie jesteśmy w stanie zapamiętać. Nie zachowujemy emocji, jakie nam towarzyszyły przy pierwszym pocałunku czy w momencie pożegnania z kimś bliskim. Z czasem płowieją w naszej pamięci.

W pokazywanych we Wrocławiu „Mitologiach" na podstawie tekstów klasyka francuskiej humanistyki Rolanda Barthesa Świątek odniósł się do rozbuchanego medialnie pogrzebu papieża. Wprowadził też na scenę autentyczne modelki, które razem z aktorkami chodziły po wybiegu, pozowały do zdjęć, zmieniały stroje. W zainspirowanym esejami Zygmunta Baumana spektaklu „Healter Skelter" (od pisanego z błędem tytułu piosenki Beatlesów, który znaleziono wypisany na lustrze w domu Romana Polańskiego po morderstwie Sharon Tate) pozwolił aktorom wybrać sobie którąś z autentycznych postaci spośród tych opisywanych przez Baumana, między innymi zabójczynię z grupy Mansona.

Paweł wystawia utwory skrajnie różne pod względem literackim, ale szuka tych samych tropów. Interesuje go człowiek uwikłany w świat mediów, osaczony reklamami, zapatrzony w telewizję, inwigilowany w Internecie przez wielkie koncerny. Mówi, że sam nie jest przeciwnikiem nowych technologii, ale próbuje zrozumieć tę nową rzeczywistość. Przekonać się, czy jest w niej jeszcze miejsce na wolną wolę. Nie ma konta na Facebooku, ale ma słabość do tabletów i e-booków. Jak gdzieś jedzie, zabiera kindle'a, dzięki niemu nie dźwiga tony papieru, a i tak w jego wrocławskim mieszkaniu regały uginają się od nadmiaru książek.

W wakacje ma niby dwa miesiące przerwy w próbach, ale wykorzystuje ten czas, żeby przygotować się do nadchodzącego sezonu, jest zdyscyplinowany, pracuje po osiem godzin dziennie. Kiedy opowiada o spektaklach, nigdy nie używa liczby pojedynczej, mówi: „zrobiliśmy", „wymyśliliśmy". Ze scenografem Marcinem Chlandą i dramaturgami Mateuszem Pakułą i Tomkiem Jękotem siedzą często w różnych miastach, mają do siebie darmowe minuty, gadają godzinami. Po skończonym sezonie Paweł zwykle łapie grypę, po każdej premierze chudnie kilka kilo. Właśnie pracuje nad kolejną sztuką o współczesnych *backpackerach.* I szykuje się do premiery. We wrześniu w Teatrze Dramatycznym w Wałbrzychu będzie można obejrzeć jego „Znikające szkoły" oparte na książkach Terry'ego Pratchetta. ●

WORLD MASTERCARD®

CAŁY ŚWIAT MOŻLIWOŚCI

Poczuć się odkrywcą lodowej krainy pingwinów: Bezcenne™

Wyrusz w rejs lodołamaczem po morzach Południa

Płać kartą World MasterCard® za zakupy na dowolną kwotę, rejestruj transakcje na www.worldpromocja.pl i wygraj fascynującą podróż na Antarktydę – do lodowej krainy zamieszkiwanej przez największą na świecie kolonię pingwinów.

www.worldpromocja.pl

Dokonaj transakcji i zgłoszenia do udziału w Loterii w okresie od 1.08. do 30.09.2013 r. Organizatorem Loterii „Podróż do krainy pingwinów" jest IQ Marketing (Poland) Sp. z o.o. z siedzibą w Warszawie. Regulamin dostępny jest na stronie internetowej www.worldpromocja.pl. MasterCard jest zarejestrowanym znakiem towarowym MasterCard International Inc.

nie wierzę *w świętych*

Jeśli nie on, to kto?
Zagrał w najnowszym filmie
Małgorzaty Szumowskiej,
o którym jeszcze długo
będzie się u nas mówić, i to
niekoniecznie w kontekście
zdobywanych na zagranicznych
festiwalach nagród.
Andrzej Chyra
przyjął rolę, jakiej wielu
aktorów nie miałoby odwagi
przyjąć. Wielu by jej
nie podołało.

Rozmawia ZOFIA FABJANOWSKA-MICYK
Zdjęcia RAFAŁ MASŁOW

6

Oglądając „W imię...", cały czas myślałam, jaką ten film wywoła u nas dyskusję. Przypomniało mi się, jak w latach 90., po premierze „Księdza", były pikiety przed kinami. Ludzie klękali i odmawiali zbiorowo różaniec.
Z tego, co pamiętam, to nie była reakcja na film, ale na pogłoski o nim. Właśnie dlatego nie chciałbym teraz mówić za dużo. Ci, którzy zabierają głos, powinni jednak pójść do kina, tylko wtedy jest szansa na sensowną, prawdziwą reakcję.

Nie unikniecie kontrowersji.
To, że o naszym filmie będzie się mówiło wiele różnych rzeczy, jest jasne. Ale w sumie cieszę się na dyskusję. Na przykład o celibacie. W Kościele katolickim celibat wytwarza pewną figurę człowieka osobnego, na tym katolicyzm opiera się od wieków.
Mój bohater oprócz posługi kapłańskiej prowadzi też coś w rodzaju ogniska dla trudnej młodzieży. Ma mnóstwo satysfakcji z tego, że tych chłopaków resocjalizuje, uwrażliwia, a jednocześnie daleko mu do moralizatorstwa. Oprócz tego normalnie odprawia msze, spowiada. Kończy się posługa, inni rozchodzą się do swoich spraw, a on nie ma rodziny, tylko siostrę w Toronto, do której nie może dodzwonić się na Skypie. Nasz film jest w dużej mierze właśnie o tym: że można być samotnym w otoczeniu mnóstwa ludzi, że potrzebuje się bliskości, a nie można jej dostać. Nie wydaje mi się, żeby zasługiwał na aferę. Proszę pamiętać, że kręciliśmy „W imię..." na prawdziwej wsi, w Rożyńsku na Mazurach, zdjęcia odbywały się w prawdziwym kościele. Kuria musiała wydać na to oficjalną zgodę. Zdaje się, że sam Kościół nie miał poczucia, że w niego uderzamy.

Trudno było zagrać namiętność do mężczyzny?
Ten film miał trudne chwile, najtrudniejsze były, oczywiście, te intymne. Ale skłamałbym, mówiąc, że był to dla mnie przełom. Musiałem zagrać emocje, których akurat w życiu nie doświadczyłem, ale jakieś namiętności we mnie są, kilka miłości przeżyłem. Reszta to mój warsztat.

Sutannę wkłada się jak każdy inny kostium?
Nie pierwszy raz zagrałem księdza. Miałem epizod w „Zawróconym" Kazimierza Kutza, w połowie lat 90. To była scena, w której odprawiam mszę przed tłumem ludzi, a górnik, czyli Zbyszek Zamachowski, gania wokół kościoła ubeka. Pamiętam, że wtedy to zakładanie sutanny było zupełnie nowe, ale na pewno mnie nie paraliżowało. Nie uległem żadnej iluzji, niczego sobie nie roiłem. Teraz, kiedy przyjechaliśmy na Mazury, chodziło mi przede wszystkim o to, żeby poznać rytm życia księdza. Przyjechałem trochę wcześniej, wyrwany z własnego intensywnego rytmu. Trafił mi się osobny domek nad samym jeziorem. Kiedy już zaczęliśmy kręcić, spotykaliśmy się z ekipą codziennie po zdjęciach, ale ja jednak mieszkałem sam, wracałem na noc do siebie, śmialiśmy się, że jadę uprawiać samotność księdza. To było ważne w budowaniu roli. Tak jak momenty, kiedy okoliczni mieszkańcy zbierali się, żeby wysłuchać moich kazań. Wiem, że Małgośka z Michałem [Englertem, współscenarzystą filmu – przyp. red.] byli kiedyś blisko Kościoła. Takiego w duchu Thomasa Mertona, poszukującego, otwartego na dialog, i te moje filmowe kazania są właściwie w duchu mertonowskimi. Cały czas starałem się prowadzić rolę intuicyjnie, zrozumieć motywy, jakimi kieruje się mój bohater. Nie oceniałem. Podziw czy niechęć to odruchy, które bardzo rzadko mi się zdarzają, nawet kiedy gram skończonego drania.

Chciałem poznać rytm życia księdza. Cały czas starałem się prowadzić tę rolę intuicyjnie, nie oceniałem. Podziw czy niechęć to odruchy, które rzadko mi się zdarzają.

W życiu też jest pan tak wyrozumiały?
Łatwo mi to przychodzi. Nie wierzę w świętych. Znam innych i znam siebie.

Założę się, że po premierze dziennikarze będą pytać o pana osobisty stosunek do religii i instytucji kościelnych.
Odpowiem zgodnie z prawdą. Jestem daleko od Kościoła i nigdy nie byłem blisko.

A ja czytałam w jednym z wywiadów, że dzieciństwo kojarzy się panu z zapachem kościoła.
Moi rodzice nie byli specjalnie religijni, ale ja do trzeciego roku życia (dopóki rodzice nie skończyli studiów) mieszkałem u dziadków. Chodziłem z nimi co niedziela na mszę. Dla mnie to był świat rytuałów. Droga krzyżowa, ksiądz w sutannie, zapach kadzidła – te wszystkie bodźce z najmłodszych lat pozostają. Jak jestem gdzieś przejazdem, zwiedzam kościoły: wchodzę i czuję się jak u siebie. Co nie zmienia faktu, że nie czuję się związany z Kościołem w rozumieniu instytucji, wspólnoty. Zostałem ochrzczony, ale nie byłem u komunii ani u bierzmowania. ➤

Moje przekonanie, że „niebo gwiaździste nade mną, a prawo moralne we mnie", nie wymaga katechizmu.

Kadry z filmu „W imię...". *Aktor w scenie drogi krzyżowej i z Mateuszem Kościukiewiczem.* *Więcej o samym filmie na str. 138.*

Czyli na religię pan nie chodził.
Poszedłem tylko raz, już w liceum. Z ciekawości, przekonać się, czy czegoś ważnego nie straciłem. Pamiętam tylko, że i ksiądz, i koledzy czuli się niezręcznie, podpatrywani przez kogoś z zewnątrz. Ja coś już wtedy czytałem, zadawałem sobie różne pytania, a usłyszałem – jak mi się wówczas wydawało – same truizmy. Wyszło na to, że moje przekonanie, że „niebo gwiaździste nade mną, a prawo moralne we mnie", nie wymaga katechizmu. Dziwi mnie tylko, że udało mi się wykręcić już w podstawówce, bo z tego, co pamiętam, wszyscy w klasie chodzili na religię, tylko my – z jednym takim kolegą – nie. Mama chciała mnie kiedyś zaciągnąć, pewnie chciała, żebym nie odstawał od grupy, ale się nie dałem. W sumie nie wiem, skąd się u mnie wziął tamten bunt.

I co? Rzeczywiście odstawał pan od grupy?
Zawsze miałem niewielu kolegów i ta osobność mi w gruncie rzeczy odpowiadała.

Podobno był pan grzecznym, piątkowym uczniem.
No właśnie nie byłem grzeczny. W szkole podstawowej faktycznie miałem same piątki, ale najsłabsze stopnie dostawałem z zachowania. Była taka sytuacja, która zapadła mi w pamięć, bo chyba pierwszy raz tak wyraźnie odczułem, że ktoś próbuje dokonać na mnie jakiegoś gwałtu, a ja nie jestem w stanie tego zaakceptować. W pierwszej klasie kazano nam śpiewać „Jedzie pociąg z daleka". Ja tę piosenkę znałem z przedszkola i byłem przekonany, że co jak co, ale czegoś takiego to już w szkole śpiewać nie będę musiał. I pamiętam, że pani stała nade mną i powtarzała, żebym śpiewał. A ja nic. To była pierwsza z moich uwag w dzienniczku. Tak że chociaż generalnie starałem się być grzeczny, nie zawsze mi wychodziło. Miałem też taki patent, jak zrobić wrażenie na innych. Kładłem się na ulicy, na jezdni przed szkołą i uskakiwałem dopiero, kiedy nadjeżdżało auto. Chciałem za wszelką cenę wyjść poza schemat nudnego życia szkolnego.

Wiele lat temu w „Zwierciadle" wspominał pan, jak uciekł z kolegą z przedszkola. Wszyscy was szukali, a wy szliście przed siebie, rozkoszując się wolnością.
Tamta ucieczka była bez poczucia grzechu, nie uważałem, że robię coś złego. Potem w szkole nigdy nie chodziłem na wagary. W sumie to nie bardzo wiedziałem, co miałbym na nich robić. Nie paliłem papierosów, w przeciwieństwie do wielu moich kolegów, poza tym w gruncie rzeczy interesowało mnie to, czego uczyli nas na lekcjach. Dopiero w szkole teatralnej zamiast na lekcję dykcji chodziłem do kina.

A dlaczego złożył pan papiery na Akademią Górniczo-Hutniczą w Krakowie?
To była moja alternatywa, gdybym się nie dostał do szkoły aktorskiej. Taką miałem umowę z ojcem, że najpierw składam papiery na AGH. Na kierunek górnictwo. Pochodzę z okręgu górniczego, to tzw. Polska Miedź. Mieszkałem w Złotoryi do 10. roku życia, potem w Polkowicach, do liceum dojeżdżałem do Lubina. Papiery do Krakowa złożyłem, ale pierwsze były egzaminy w szkole teatralnej. Zdałem, zostałem przyjęty na wydział aktorski.

Tata był zadowolony?
Zupełnie nie. Na szczęście dosyć szybko zaakceptowali z mamą, że jestem na tych studiach.

U pana w domu był tradycyjny podział ról?
Ojciec dużo pracował, imponował mi. Co nie zmienia faktu, że w sobotę biegał po domu z odkurzaczem, potem już biegaliśmy my z siostrą. Mama prała, gotowała, ale pamiętam, że ja też normalnie nauczyłem się piec ciasta, coś tam przyrządzałem. A ponieważ babcia była krawcową, umiałem sobie na przykład zwęzić nogawki spodni w odpowiednich miejscach, żeby było modnie. Wydaje mi się, że to była taka „miękka rodzina". Nie wychowywano mnie surowo. Rodzice byli niby pokoleniem już powojennym, ale mocno

odbiegali od dzisiejszych realiów. Czasy były inne, a może chodzi o ich osobistą wrażliwość? Nigdy nie widziałem, żeby się pokłócili. Nigdy.

Pan się umie kłócić? Umie pan zawalczyć o swoje?
Jak widzę siebie w tej pierwszej klasie podstawówki, jak nie chcę śpiewać „Jedzie pociąg z daleka", to widzę też siebie na studiach. W szkole teatralnej bywałem krnąbrny, miałem na pieńku z Aleksandrą Śląską, która nie chciała mnie przepuścić na następny rok. Mówiła: „Andrzeju, jest tyle zawodów na a, dlaczego akurat aktor?". Ktoś mi niedawno przypomniał, że się stawiałem Łomnickiemu. Może „stawiałem" to złe słowo: wchodziłem w dyskusję. Ale tak naprawdę walczyć o swoje nauczyłem się dopiero w pracy.

A w życiu?
Słabiej mi szło. Dłużej się przełamywałem.

Jak długo?
Ze 20 lat. Licząc od momentu osiągnięcia dojrzałości [śmiech]. Niedługo kończę 50, tak że proporcje są nieco zachwiane.

Pięćdziesiątka to dla pana ważna cezura?
Na szczęście nie mam poczucia, że nic nie osiągnąłem. Jeżeli już, to że coś przegapiłem. Ludzie robią sobie w tym wieku jakieś bilanse, ja czuję, że coś się u mnie zmienia. Wyreżyserowałem ostatnio operę. Od jakiegoś czasu myślałem o reżyserii, ale nie mogłem znaleźć tematu. Przyszedł sam, zaproponowano mi „Graczy" w Operze Bałtyckiej. Zawsze lubiłem muzykę Szostakowicza, ale dopiero kiedy przeczytałem Gogola, zobaczyłem, że jest coś fascynującego również w samej sztuce. To dziwna komedia, cyniczna i brutalna, ale jednak komedia, w dodatku grają w niej sami faceci, co dla opery jest jeszcze bardziej niezwykłe. Postanowiłem się z tym zmierzyć, być może otwiera się dla mnie nowa droga.

Pan zresztą, o czym nie wszyscy wiedzą, skończył reżyserię.
To prawda. Jakiś czas po skończeniu szkoły aktorskiej poszedłem na drugie studia. Pozwoliły mi przetrwać czas, kiedy nie grałem, w sumie osiem lat. Nie byłem pewien, czy kiedykolwiek jeszcze będę pracował jako aktor, nie chodziło o to, że nie wierzyłem we własne siły, po prostu coraz bardziej się to ode mnie oddalało. Zajmowałem się różnymi rzeczami. Telewizja, PR. Dopiero Krzysiek Krauze wziął mnie do „Długu". Mieliśmy razem robić teleturniej, który w końcu nie powstał, ale została znajomość. Krauze zaczął szukać aktora do „Długu", miał wielki kłopot w obsadzeniu czarnego charakteru – Gerarda, strasznego typa. Śmieszne, bo Krzysiek od początku mówił, że nie ma dla mnie roli, ale w końcu, w akcie desperacji, zmienił zdanie. Miał takiego konsultanta, faceta od strony producenta. Poszliśmy do niego we dwóch, Krauze mnie przedstawił: „To jest właśnie Andrzej, który zagra Gerarda". A facet na to: „Tak właśnie myślałem, jak pana zobaczyłem" [śmiech].

„Dług" był przełomowy, właściwie z dnia na dzień stał się pan znanym, rozchwytywanym aktorem.
Starałem się nie wpaść gorączkowo w tę sytuację. Posypały się propozycje, role zbliżone do tej z „Długu". Miałem ten luksus, że mogłem odmawiać. Także dlatego, że pojawił się teatr. Szybko trafiłem do Rozmaitości, zagrałem w „Bachantkach" u Warlikowskiego i poczułem, że to moja bajka. Teatr ryzykancki, awangarda, mogłem wyskoczyć poza oczywistość. Teatr Rozmaitości to był wtedy gejzer.

Został pan w ekipie Krzysztofa Warlikowskiego. Premiera filmu „W imię..." zbiega się w czasie z wrześniowymi spektaklami „Kabaretu warszawskiego".
Fajnie, że zagramy wreszcie w swojej siedzibie [w dawnej zajezdni MPO w Warszawie – przyp. red.]. Chociaż to nadal scena prowizoryczna, nieprzystosowana do grania, kiedy zrobi się chłodniej. Zimą ma się zacząć remont.

O próbach u Warlikowskiego krążą legendy, o przekraczaniu granic, wypruwaniu flaków. O panu też zresztą mówi się „aktor organiczny", w wywiadach często mówi pan o tym, jak ważna jest dla pana intuicja.
Powtarzam, czego się nauczyłem od Tadeusza Łomnickiego, że podstawą aktora jest jego wyobraźnia. Nie dykcja, nie umiejętność tańczenia czy jazdy konnej, tylko umiejętność improwizacji. Problem w tym, że ja często nie potrafię wyłączyć racjonalnego myślenia, nie dowierzam swoim przeczuciom. Marzyłbym, żeby się z tego wyzwolić. Nieraz słyszałem, że mam dobrą intuicję.

Może zna się pan po prostu na życiu?
Myślę sobie, że na tyle, co przeżyłem, mógłbym być w tej materii jednak mądrzejszy. ●

ANDRZEJ CHYRA *ur. 1964 roku w Gryfowie Śląskim. Zaistniał rolą w filmie „Dług" Krzysztofa Krauzego, nagrodzoną w 1999 roku na festiwalu w Gdyni. Sześć lat później odbierał w Gdyni statuetkę za „Komornika" Feliksa Falka. Od 2008 roku gra w prowadzonym przez Krzysztofa Warlikowskiego zespole Nowego Teatru.*

MAKIJAŻ I FRYZURA: MAGDALENA GONTARCZUK.

WOLNOŚCI
ODDAĆ NIE UMIEM

MUZA FELLINIEGO I VISCONTIEGO, IKONA DUŻEGO EKRANU, KTÓRA GRYWAŁA U BOKU NAJSŁYNNIEJSZYCH AMANTÓW KINA. DZIŚ *Claudia Cardinale* MA 75 LAT I PONAD STO FILMÓW NA KONCIE. WCIĄŻ PRACUJE I ANGAŻUJE SIĘ W WALKĘ O PRAWA KOBIET, ALE NAJBARDZIEJ DUMNA JEST Z TEGO, ŻE ZAWSZE UDAWAŁO JEJ SIĘ ZACHOWAĆ WOLNOŚĆ I NIEZALEŻNOŚĆ.

Rozmawia JOANNA ORZECHOWSKA

Zagrała pani ostatnio w nostalgicznym obrazie Fernando Trueby „El artista y la modelo" [Artysta i jego modelka] żonę sędziwego malarza, która sprowadza młodą modelkę, żeby przywrócić mu radość życia...
Film Trueby jest poetycką opowieścią o starości, o życiu i śmierci, która stanowi jego nieodłączną część. Na planie spotkałam po 40 latach Jeana Rocheforta, z którym świetnie się swego czasu bawiliśmy. Bardzo miło wspominam też pracę w „Gebo et l'ombre" [Gebo i cień] portugalskiego reżysera Manoela de Oliveiry, który wciąż kręci, mimo że ukończył 103 lata! Manoel uwielbia kobiety – po każdej scenie podchodził do mnie, żeby mnie ucałować...

Jest pani wciąż bardzo aktywna, choć ma pani kolosalny dorobek – 137 filmów...
Samej trudno mi w to uwierzyć, tym bardziej że wciąż pracuję – niebawem zaczynam film na Korsyce, a z niej lecę prosto na Sycylię. Właściwie nigdy nie udaje mi się rozpakować walizek... Najbardziej nieprawdopodobny wydaje mi się w tym wszystkim fakt, że mam 75 lat – aktorki w moim wieku są najczęściej na emeryturze! Często pomagam młodym reżyserom – wzruszają mnie, są tak entuzjastyczni... Ostatnio znalazłam się dzięki nim kolejno w Istambule, Tyrolu i Nowym Jorku. Kino jest wciąż dla mnie wielką przygodą.

Była pani muzą największych mistrzów kina: Federica Felliniego, Luchina Viscontiego, Luigiego Comenciniego... Czy łatwo było następnie grywać u reżyserów mniejszego kalibru?
To prawda, że miałam niebywałe szczęście pracować z wielkimi twórcami, którzy stali się moimi artystycznymi guru. Zaczęłam od gigantów, więc konfrontacja z rzeczywistością mogła być potem bardzo bolesna, ale na szczęście tak się nie stało, ponieważ zawsze mocno stąpałam po ziemi. Z Viscontim czułam się jak w teatrze – siedzieliśmy przy stole i recytowaliśmy nasze role. Fellini pozostawiał nam z kolei absolutną wolność, scenariusz nie istniał, wszystko było całkowitą improwizacją. W „Osiem i pół" udawał Marcella Mastroianniego i wciąż do mnie mówił. Co miałam zrobić – po prostu mu odpowiadałam. Następnie okazało się, że kwestie mojej postaci w filmie są moimi własnymi wypowiedziami! Spotkał mnie zresztą wielki przywilej: inni aktorzy z wyjątkiem Marcella po prostu liczyli, a następnie Fellini wkładał im w usta to, co mu akurat przyszło do głowy. Federico powtarzał mi wciąż, że jestem jego muzą, że należę do innego kontynentu – Afryki – i przynoszę mu natchnienie. Byłam z tego szalenie dumna.

Skoro o Mastroiannim mowa, na ekranie trzymali panią w ramionach najpiękniejsi aktorzy świata – m.in. Alain Delon, Jean-Paul Belmondo...
Burt Lancaster, Rock Hudson, Sean Connery... Sama się dziwię, jak potrafiłam im mówić „nie"...

Nie żal teraz?
Żałuję tylko jednej historii, która nie doszła do skutku – z Marlonem Brando. W czasach szkolnych uważałam go za najpiękniejszego mężczyznę na świecie. Kiedy przyleciałam do Stanów, Brando dowiedział się, w którym hotelu się zatrzymałam. Zapukał do drzwi i następnie zrobił wszystko, żebym rzuciła się w jego ramiona. Kiedy zdał sobie sprawę, że jego czar nie działa, roześmiał się i powiedział: „Nie przekonam cię, ale rozumiem – oboje jesteśmy Baranami...". Pożegnał się i wyszedł, a ja zamknęłam za nim drzwi i prawie rozpłakałam się ze złości. Na samą siebie.

Jest pani wciąż bardzo zaprzyjaźniona z Alainem Delonem...
Alain to wspaniały człowiek – dumny i prawy. Widujemy się bardzo regularnie. W zeszłym roku na festiwalu w Cannes uczestniczyliśmy w pokazie odrestaurowanej kopii „Lamparta" Luchino Viscontiego. Alain płakał przez całą projekcję. „Tylko my jeszcze żyjemy" – powiedział mi szeptem. To rzeczywiście boli.

1. *Z Pasquale'em Squitierim, drugim partnerem.* ***2.*** *Syna Patricka Claudia Cardinale długo przedstawiała jako swojego małego brata (1967).*
3. *Na festiwalu w Cannes u boku córki Claudii (2003).* ***4.*** *Spotkanie z Brigitte Bardot w filmie „Królowe Dzikiego Zachodu" (1971).*

CZUJĘ SIĘ KIMŚ WIELOKULTUROWYM. ALE MOJE KORZENIE ZNAJDUJĄ SIĘ W TUNEZJI, TAM OD WIELU POKOLEŃ ŻYŁA MOJA RODZINA.

Mityczne było też pani spotkanie z Brigitte Bardot na planie westernu „Królowe Dzikiego Zachodu".
Wszyscy spodziewali się, że się pozabijamy! Cała prasa pisała o konfrontacji BB – CC, blondynka przeciwko brunetce. A my się bardzo polubiłyśmy. Byłam zafascynowana Brigitte od lat – w Tunisie ubierałam się i czesałam tak jak ona. Kiedy niedawno przyznano mi francuskie odznaczenie, otrzymałam od niej wzruszający list. Zaczynał się dedykacją: „Dla mojej ulubionej partnerki".

Razem z Giną Lollobrigidą i Sophią Loren tworzyłyście trójcę włoskich seksbomb ekranu. Jak układały się wasze stosunki?
W tamtych czasach konkurencja nie była tak ostra – każda z nas otrzymywała wystarczającą ilość propozycji. Sophia Loren jeszcze dziś nazywa mnie swoją siostrą, Ginę widywałam rzadziej. Najwięcej zawdzięczam jednak Annie Magnani – kiedy przyjechałam do Rzymu, wzięła mnie pod swoje skrzydła i gościła we własnym domu. Nie uważała mnie za potencjalne zagrożenie i ja również nie chciałam z nią rywalizować – pod tym względem wiele się dzisiaj zmieniło.

Próbowała pani też swoich sił jako piosenkarka.
Śpiewałam trochę w filmie, następnie zaproponowano mi wydanie płyty. Ku memu zdumieniu okazała się wielkim sukcesem, szczególnie w Japonii, gdzie moje piosenki znalazły się na listach przebojów.

Teatr?
Zagrałam tylko w czterech sztukach, ale za to objechałam z nimi pół Europy. Jako Polka powinna pani wiedzieć, że recytowałam również wiersze Karola Wojtyły i nagrałam je na płytę – poprosił mnie o to osobiście już jako papież Jan Paweł II. Podobno chętnie mnie słuchał...

Kilka lat temu opublikowała pani autobiografię i wspomnienia z rodzinnego kraju. Porusza w niej pani temat przynależności kulturowej i korzeni.
Czuję się kimś wielokulturowym, to wspaniałe uczucie! Ale moje korzenie znajdują się w Tunezji, tam od wielu pokoleń żyła moja rodzina. Tunis przed pierwszą wojną światową i w jej trakcie był miastem międzynarodowym, zamieszkanym przez Arabów, Żydów, Anglików, Rosjan, Polaków, uciekinierów z całej Europy. My pochodziliśmy z Wyspy Kobiet – sama nie wymyśliłabym tej nazwy! Moim pierwszym językiem był francuski – Tunezja była jeszcze wtedy francuskim protektoratem, chodziliśmy więc z rodzeństwem do francuskich szkół. Kiedy jako młoda dziewczyna znalazłam się we Włoszech, czułam się bardzo nieswojo: nie znałam ani słowa po włosku. Pamiętałam trochę z sycylijskiego dialektu, ale nawet nim mówiłam z obcym akcentem. Przez lata byłam więc dubbingowana, dopiero Fellini przywrócił mi głos...

Francuzi mają opinię zimnych, racjonalnych aż do bólu. Jak pani – Włoszka z tunezyjskimi korzeniami – odnalazła się nad Sekwaną?
Bardzo dobrze się tu czuję. We Francji wciąż szanuje się artystów, a poza tym ludzie odnoszą się do mnie z wielką sympatią.

Tunezja jest jednak wciąż obecna w pani życiu...
Wracam tam co roku i chociaż wiele się zmieniło, wciąż czuję się u siebie... We Francji bardzo przyjaźnię się z merem Paryża Bertrandem Delanoë, który też urodził się w Tunisie, zaprasza mnie do malutkich restauracji, gdzie podają świetny kuskus. Mam też wielu przyjaciół z Maroka i Algierii – zawsze razem spędzamy sylwestra. Przygotowujemy nasze ulubione dania, puszczamy orientalne piosenki i tańczymy. Na szczęście mam bardzo wyrozumiałych sąsiadów...

Kiedy zaczęła pani karierę filmową, rodzina przeniosła się za panią do Rzymu...
Byłam najstarsza z czwórki dzieci – ja, czyli Claude, bo to moje prawdziwe imię, następnie Blanche, Bruno i Adrien. Moi bracia byli jeszcze mali, kiedy wyjechałam z domu na pierwsze zdjęcia. W Rzymie najpierw towarzyszyła mi mama, następnie dołączyła do nas cała rodzina. Bracia byli zrozpaczeni – w szkole nie rozumieli ani słowa!

Wszystko zaczęło się, kiedy w wieku 17 lat zdobyła pani tytuł najpiękniejszej Włoszki Tunisu...
To był przypadek – nie zamierzałam brać udziału w eliminacjach. Z moją mamą i siostrą pomagałyśmy w przyjęciu z okazji wyborów włoskiej Miss Tunisu. Kiedy kandydatki prezentowały się już na estradzie, doskoczył do mnie nieznajomy mężczyzna, przypiął mi znaczek, założył szarfę i dosłownie wepchnął na scenę. Nie byłam przewidziana w programie, przyznano mi więc wymyśloną naprędce ➤

nagrodę – zaproszenie na festiwal filmowy w Wenecji. Pojechałam na niego z mamą, rozebrałam się na plaży i okazało się, że moje bikini wywołuje sensację – we Włoszech jeszcze go wtedy nie znano. Rzucili się na mnie paparazzi i producenci z propozycjami ról, ale odmówiłam, bo kino zupełnie mnie nie interesowało. W jednej z gazet ukazało się wtedy moje zdjęcie z wielkim nagłówkiem: „Dziewczyna, która nie chce zostać aktorką". Wróciłyśmy do domu, ale producenci nie dali za wygraną – zaczęli telefonować do mojego ojca. Byliśmy dosłownie zasypani propozycjami i w końcu powiedziałam „tak", chociaż bardzo chciałam zostać podróżniczką, odkrywać nieznane miejsca i kraje. Z przyjaciółkami ze szkoły szykowałyśmy się do wyprawy przez Afrykę. Obraziły się, ponieważ przeze mnie podróż nie doszła do skutku...

Początek pani kariery filmowej zbiegł się z narodzinami pani syna, którego przez długie lata przedstawiała pani jako swojego brata. Przedtem był wymuszony związek z dorosłym mężczyzną – pisze pani o nim w swojej autobiografii...
Pragnęłam raz na zawsze wyjaśnić, co się wydarzyło. Nie usprawiedliwiam się, wiem, że ta maskarada odbiła się dramatycznie na życiu mojego syna. Dziś ma 53 lata, odnalazł swoją drogę, ale przez całe lata cierpiał z powodu mojej decyzji. Miałam z tego powodu ogromne wyrzuty sumienia. Trzeba jednak powiedzieć, że jeśli zdecydowałam się na karierę aktorki i wyjazd do Rzymu, zrobiłam to tylko ze względu na niego – chciałam zarobić pieniądze, żeby być niezależna. Mój związek był już wtedy definitywnie zakończony. Myślę, że my, kobiety, posiadamy w sobie zarówno wielką siłę, jak też wielką zdolność do samozniszczenia: często pociąga nas wizja silnego mężczyzny, który będzie nad nami panował. Byłam tak młoda, że uważałam to za coś naturalnego.

Zdecydowała się pani na urodzenie dziecka w czasach, kiedy bycie niezamężną matką było hańbą dla całej rodziny.
Podjęłam tę decyzję w sposób bardzo świadomy – chciałam mieć to dziecko. Dlatego nie powiedziałam nikomu, że jestem w ciąży – w mojej rodzinie wiedziała o tym tylko moja siostra. Zaczęłam grać i przez całych sześć miesięcy nikt niczego nie zauważył – może dlatego, że w latach 60. modne były sukienki z wysokim stanem, luźne i odcięte pod biustem. Następnie produkcja zabroniła mi mówić komukolwiek o moim synu – przedstawiałam go jako mojego małego brata i wszyscy w to wierzyli, nawet moja własna rodzina nie wiedziała, kim naprawdę jest. To były inne czasy – nikt we Włoszech nie zaakceptowałby matki z nieślubnym dzieckiem jako gwiazdy ekranu. Kiedy miałam już dosyć udawania, wezwałam dziennikarza i powiedziałam mu prawdę. Tym razem to ja o wszystkim zadecydowałam.

NIE MAM SZOFERA, OCHRONY, SAMA CHODZĘ DO KIOSKU KUPIĆ GAZETY. ZAWSZE ŻYŁAM NORMALNYM ŻYCIEM.

W swoim domu w Paryżu (2012).

Patrick nie przyjął tego bezboleśnie...
Nie mógł, proszę się postawić na jego miejscu! Ale dzisiaj rozumie, że nic w życiu nie jest proste, czarno-białe. Los bywa figlarny – jego córka urodziła się dokładnie w tym samym dniu co moja – obie mają 34 lata i naprawdę są duchowymi bliźniaczkami. Świetnie się rozumieją.

Jak młoda, nieśmiała dziewczyna znalazła w sobie tyle odwagi, żeby tak wiele w życiu zaryzykować?
Przez długi czas byłam dzikuską – do nikogo się nie odzywałam, nawet jako dziecko. To dlatego mam tak ochrypły głos – moje struny głosowe nie zdołały się normalnie wykształcić. Poza tym byłam przekonana, że jestem brzydulą – zachwycałam się moją siostrą Blanche, blondynką o błękitnych oczach. Kino uratowało mi życie: było moją ucieczką, wybawieniem. Dzięki niemu odkryłam radość i poczułam smak wolności, o której zawsze marzyłam. Kino pozwoliło mi też podróżować,

CLAUDIA CARDINALE *ur. w 1938 r. w Tunisie, jest jedną z najsłynniejszych włoskich aktorek. Grała u największych reżyserów epoki – Luchina Viscontiego, Federico Felliniego czy Maura Bolognieniego. Upomniał się o nią także Hollywood, gdzie wystąpiła m.in. u Sergia Leone i Richarda Brooksa. Jest matką Patricka (rocznik 1958) i Claudii (rocznik 1978).*

ZDJĘCIA: FABRICE DALL'ANESE/CORBIS OUTLINE/FOTOCHANNELS, EAST NEWS, FOTOCHANNELS.

a ja po prostu kocham podróże. Dzięki mojej pracy byłam dosłownie wszędzie, od Rosji po Australię.

Czy można zachować wolność w sformatowanym świecie kina?
Można, jestem tego żywym przykładem! Nie mam szofera, ochrony, sama chodzę do kiosku kupić gazety. Moją ochroną są przechodnie – kiedy ktoś staje się natarczywy, co się zdarza, inni natychmiast stają w mojej obronie. To coś wspaniałego! Zawsze żyłam normalnym życiem. Kiedy po narodzinach mojej córki w Rzymie zaczęli mnie tropić paparazzi, przeniosłam się do Paryża. Bardzo mi to odpowiadało, bo dzieci mogły tu pójść do dwujęzycznych szkół. Moja córka Claudia studiowała następnie w Londynie, ale też powróciła do Paryża. Mieszka w sąsiedztwie i czasami czuję się, jakby to ona była moją matką, tak się o mnie troszczy.

Jest pani bardzo zaangażowana w walkę o prawa kobiet...
Jako ambasadorka UNESCO zajmuję się kwestią równości kobiet i problemami społecznymi, które ich dotyczą. Patronuję też stowarzyszeniom opiekującym się dziećmi z Kambodży, chorymi na AIDS, bardzo bliska jest mi sprawa ochrony środowiska. To pewne, że nie mam czasu na leżenie na plaży!

Pani życie osobiste także upłynęło pod znakiem kina – była pani związana z producentem Franco Cristaldim, następnie z reżyserem Pasquale'em Squitierim.
Owszem, moje miłości były filmowe, ale nigdy nie wyszłam za mąż – zawsze chciałam być niezależna. Zawsze mieszkałam sama – nie zniosłabym, gdyby ktoś zajmował moją przestrzeń. Z Pasquale'em nie jesteśmy już razem, ale utrzymujemy bardzo bliski kontakt – to ojciec mojej córki i jedyna wielka miłość mojego życia. Codziennie do siebie telefonujemy...

Który z pani życiowych wyborów wydaje się pani dziś najważniejszy?
Najbardziej jestem dumna z tego, że zawsze, nawet w najtrudniejszych momentach, udawało mi się zachować wolność. W latach 60. walczyłam o prawa kobiet – bardzo zaangażowałam się na przykład w walkę o ich swobodny dostęp do rynku pracy, do aborcji... Sytuacja kobiet wciąż bardzo leży mi na sercu – we Włoszech co trzy dni jedna z nich umiera na skutek ran zadanych przez partnera. Podobnie jest w Hiszpanii i nawet we Francji! W XXI wieku!

Uważa się pani za feministkę?
Uważam, że kobiety nie ustępują w niczym mężczyznom. Jako młoda dziewczyna biłam się z chłopcami – chciałam im udowodnić, że jestem silniejsza! Mój tata zrobił mi nawet specjalny tornister z drewna, którym waliłam przeciwników po głowach – dzięki temu wiedział, że wyjdę cało z opresji...

Czy jest coś, czego się pani w życiu obawia?
Boję się utraty moich bliskich, ale moja własna śmierć specjalnie mnie nie przeraża. Boję się też ekstremalnej przemocy – tego, co dzieje się na przykład obecnie w Syrii. Odnoszę wrażenie, że istoty ludzkie, zamiast ewoluować, regularnie się cofają. Słabsi cierpią tak, jak cierpieli wieki temu – nic się pod tym względem nie zmieniło. To przerażające.

Kim jest naprawdę Claudia Cardinale?
Kimś, kto kocha ryzyko. Ryzyko i wolność.

Na czym polega tajemnica udanego życia?
Na determinacji – nigdy nie należy opuszczać rąk. Na aktywności. Na pozytywnym spojrzeniu na świat i ludzi. Na życiu chwilą obecną. Nigdy nie byłam nostalgiczna, nie oglądałam się za siebie. Uważam, że ciągłe myślenie o przeszłości jest wręcz niezdrowe: tylko teraźniejszość tworzy przyszłość. Kiedy byłam małą dziewczynką, często powtarzałam rodzicom: „Jeśli chcę, to mogę". Dzisiaj też tak myślę. ●

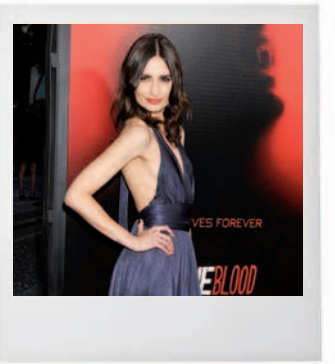
reklama

LOS

WYGRANY NA LOTERII, CZYLI JAK ZOSTAŁAM ŻONĄ HOUSE'A

Karolina Wydra ma na koncie kilka dużych ról w hollywoodzkich produkcjach – zagrała m.in. żonę głównego bohatera w popularnym serialu „Dr. House", wampirzycę Violet w nagrodzonej Złotymi Globami i Emmy „Czystej krwi", jedną z ważniejszych postaci w thrillerze „Europa Report". Polka pracująca w Hollywood opowiada o początkach kariery, emigracji i planach na przyszłość.

Rozmawia TOMASZ HOLLANEK



Karolina Wydra w serialu ***„Dr. House”*** *u boku Hugh Lauriego i na premierze szóstego sezonu* ***„Czystej krwi”*** *w Los Angeles.*

NIE WIEM, JAK WYGLĄDAŁOBY MOJE ŻYCIE W POLSCE. Pewnie nie zostałabym modelką ani aktorką. A tak spełniam swoje marzenia.

Fajnie było być żoną dr. House'a?
Zdecydowanie, choćby dlatego, że było to przełomowym momentem na mojej aktorskiej drodze.

To będzie rozmowa o tobie, obiecuję, ale muszę zapytać – jaki jest Hugh Laurie, odtwórca roli House'a, prywatnie?
Udało mu się stworzyć wiarygodną, wielowymiarową postać – nie dziwię się, że cieszyła się tak dużą sympatią widzów. Prywatnie Hugh to prawdziwy dżentelmen. Delikatny i opiekuńczy człowiek. Jego wrodzona wrażliwość i wyczucie były szczególnie ważne, kiedy kręciliśmy sceny bardziej intymne. Przed naszym pierwszym pocałunkiem powiedziałam mu, że mogę nie dać rady, bo bardzo się stresuję. W takich scenach aktor czuje się zupełnie bezbronny, dlatego ważne jest, żeby partner wykazał się serdecznością i zrozumieniem. To zmienia jakość pracy. Choć, oczywiście, najważniejszy jest profesjonalizm. W przerwach rozmawiamy, dowcipkujemy, ale na dźwięk słowa „action!” wszyscy poważnieją i koncentrują się wyłącznie na pracy. Zresztą bardzo śmieszy mnie zawsze ten moment.

Zagrałaś w tym kultowym serialu żonę głównego bohatera, rosyjską imigrantkę Dominikę Petrovą. Twoje pochodzenie miało jakiś wypływ na wynik castingu?
W Stanach jest mnóstwo dziewczyn, które potrafią mówić ze wschodnim akcentem. Czy to, że jestem Polką, pomogło? Może. Ale ja nie mam typowo słowiańskiej urody. Wyglądam bardziej na Włoszkę albo Hiszpankę. Ludzi zwykle dziwi, że urodziłam się właśnie w Polsce.

Urodziłaś się w Opolu. Jak trafiłaś do USA?
Moi rodzice wygrali loterię na zieloną kartę w 1991, do Kalifornii przyjechaliśmy rok później.

Wiedziałaś wtedy, że otwierają się przed tobą drzwi do „lepszego świata”, w tym – do Hollywood?
Byłam jeszcze dzieckiem, miałam zaledwie 11 lat. Nie znałam języka. Czułam, że to ogromna zmiana – to mnie wtedy przerażało. Zawsze marzyłam o aktorstwie, już w Polsce angażowałam się w przedstawienia teatralne, recytacje poezji – właściwie wszystko, co można robić we wczesnej podstawówce. Chciałam być aktorką, ale kiedy przyjechałam do Stanów, nie myślałam o Hollywood.

Tęskniłaś za tym, co zostawiłaś w kraju?
Bardzo. Moja ukochana kuzynka nie miała wtedy telefonu, regularnie pisałam do niej listy, jeździłam do Polski w każdej wolnej chwili – do momentu, w którym zaczęłam pracować.

Jako modelka.
Tak. Mieszkałam niedaleko Los Angeles i choć myślałam o tym, żeby związać swoją przyszłość z filmem, jako nastolatka chyba za bardzo się bałam, żeby spróbować. Kiedy miałam 15 lat, w centrum handlowym podeszła do mnie para nieznajomych – powiedzieli, że powinnam zostać modelką. Postanowiłam spróbować. W tym samym roku jako 15-latka wyjechałam na kontrakt do Japonii. Później dokończyłam szkołę w Stanach i w wieku 19 lat zaczęłam pracować jako zawodowa modelka. Byłam już dorosła, miałam prawie 25 lat, kiedy mój agent zadzwonił z pytaniem, czy chciałabym zagrać w filmie Mike'a Figgisa. Uznałam, że to odpowiedni moment, poszłam na przesłuchanie i zostałam wybrana. Dwa, trzy lata później grałam już w wielu produkcjach.

Spotkałaś innych Polaków w Hollywood?
Poznałam Magdalenę Górkę, która pracuje w USA jako operator filmowy, i Izabellę Miko, aktorkę. Nikogo więcej.

W Stanach wybijają się aktorki ukraińskie, rosyjskie, skandynawskie. Polek jest wciąż bardzo mało, dlaczego?
W USA teoretycznie wszyscy są imigrantami i mają równe szanse, ale w przemyśle filmowym ta zasada nie obowiązuje.

Polskim aktorkom szczególnie trudno dostać dobrą rolę. Między innymi ze względu na akcent – nawet u mnie, po tylu latach, słychać obce brzmienie, kiedy mówię po angielsku. Silny wschodnio-europejski ślad często dyskwalifikuje, a na pewno mocno ogranicza, wciąż gra się określony rodzaj ról. Zresztą, ten problem nie dotyczy tylko Polaków. Na przykład większość Latynosek w USA wciąż gra sprzątaczki. Ale to wszystko powoli się zmienia, Hollywood też podlega pewnym transformacjom.

Niedawno dostałaś jedną z głównych ról w bardzo popularnym serialu HBO „Czysta krew" („True Blood"), który został nagrodzony między innymi Złotym Globem i Emmy. Jaka jest twoja nowa postać?
To potężna wampirzyca Violet. Bardzo ciekawa, silna osobowość, przyjemnie się ją grało. Nie mogę na razie powiedzieć o niej dużo więcej: zdecydowana kobieta, która wie, do czego dąży, i umiejętnie dobiera metody działania.

Traktujesz takie role poważnie?
Bardzo poważnie. Zrobiłam dogłębny research o wampirach, pracowałam z coachem nad tym, żeby zbudować wiarygodną postać – osobę, która przeżyła więcej niż normalny człowiek. To było ciekawe doświadczenie.

Mówi się, że ekipa serialu „Czysta krew" jest wyjątkowo zżyta i przyjacielska, co nie zdarza się często w hollywoodzkich realiach. To prawda czy raczej strategia PR?
To absolutna prawda. Między aktorami nie ma konkurencji na planie, nikt nie szarżuje, nie demonstruje przerośniętego ego. Bardzo przyjemnie mi się z nimi pracowało, wszyscy – począwszy od pierwszoplanowych aktorów, a skończywszy na charakteryzatorach – są sobie równi. Wszystko chodzi jak w szwajcarskim zegarku. W amerykańskich serialach najczęściej jest tak, że każdy odcinek reżyseruje kto inny. Dlatego dobry zespół aktorów i ekipa to podstawa sukcesu. Proste, ale prawdziwe. Miałam pod tym względem wielkie szczęście.

Wielu aktorów przybiera pseudonimy artystyczne, które lepiej wpisują się w pamięć widzów. Bardzo popularny w USA aktor Paul Wesley naprawdę nazywa się Paweł Wasilewski. Dlaczego ty nie zmieniłaś nazwiska?
Rzeczywiście, myślałam o tym kiedyś, w Polsce „wydra" to niezbyt wdzięczne nazwisko [śmiech]. Ale tu ludzie nie wiedzą, co ono znaczy, więc nie jest to żaden problem. Zaczynałam pracę jako modelka z polskim nazwiskiem, więc i na dalszym etapie kariery uznałam, że lepiej je zachować. Poza tym, zazwyczaj gdy tłumaczę komuś jego znaczenie, spotykam się z bardzo życzliwymi reakcjami.

Wyszukiwarka Google do hasła „Karolina Wydra" proponuje podpowiedź „feet". Czy to znaczy, że zainteresowanie fanów zaczęło wykraczać poza twoje role?
Grupa moich fanów nie jest aż tak wielka. Chociaż rzeczywiście parokrotnie ktoś podszywał się pode mnie na Facebooku. Takie doświadczenia nigdy nie są przyjemne, wprowadzają do życia niepokój i wywołują sporo nieporozumień.

W Stanach osiągnęłaś już dużo. Myślałaś kiedyś o tym, żeby wziąć udział w polskim projekcie?
Nakręciłam jeden film krótkometrażowy z młodym polskim reżyserem Marcinem Stawarzem. Bardzo chciałabym zagrać jeszcze w polskim filmie. Śmiało mogę powiedzieć, że to moje kolejne marzenie.

Możesz już sobie pozwolić na przebieranie w propozycjach?
Tak, nigdy nie łapię się czegoś tylko dlatego, że potrzebuję pracy. Chcę grać postaci, którym naprawdę warto przyjrzeć się z bliska. Między innymi dlatego cieszę się, że mogłam zagrać jedną z głównych ról – początkującego naukowca – w thrillerze „Europa Report", opowieści o grupie astronautów, którzy lecą na jeden z księżyców Jowisza w poszukiwaniu pozaziemskiego życia.

Zastanawiałaś się kiedyś, jak mogłoby się potoczyć twoje życie, gdybyś została w Polsce?
W tym innym życiu nie zostałabym modelką, aktorką. Rodzice pewnie chcieliby, żebym skończyła medycynę albo prawo. Nie wiem, jak wyglądałoby moje życie w Polsce, ale nie czuję tęsknoty, gdy je sobie wyobrażam. Wiem za to, że dzięki odwadze moich rodziców, którzy wyjechali do Ameryki bez znajomości angielskiego, ciężko pracowali dla swoich dzieci i wspierali mnie od początku – mogę dziś spełniać swoje marzenia.

Jakie?
Chciałabym zawsze robić to, co robię teraz, ale rozwijając się zawodowo, próbując też nowych wyzwań, na przykład – gry w teatrze. Marzą mi się role, dzięki którym opowiadałabym ważne i piękne historie. Bo właśnie tym jest dla mnie kino – opowiadaniem historii. ●

KAROLINA WYDRA *ur. w 1981 r., w wieku 11 lat wyemigrowała z rodzicami do USA. Od blisko 17 lat pracuje jako modelka, rozpędu nabiera także jej kariera aktorska: zagrała m.in. w serialach: „Dr House", „Law & Order" i „Czysta krew".*

ZDJĘCIA: GETTY IMAGES/FPM, ARCHIWUM PRYWATNE, BULLS.

PRZENIKA MNIE DZIWNY DRESZCZ

Przychodzi na spotkanie nieco onieśmielony. Nie licuje to z wyglądem Franka Zappy, do którego jest podobny. Nieoczywista jest też jego popularność. *Mirosław Czyżykiewicz* od lat śpiewa piosenkę poetycką. I choć nie grają go w znanych radiostacjach, ludzie słowami jego piosenek wyznają sobie miłość w SMS-ach.

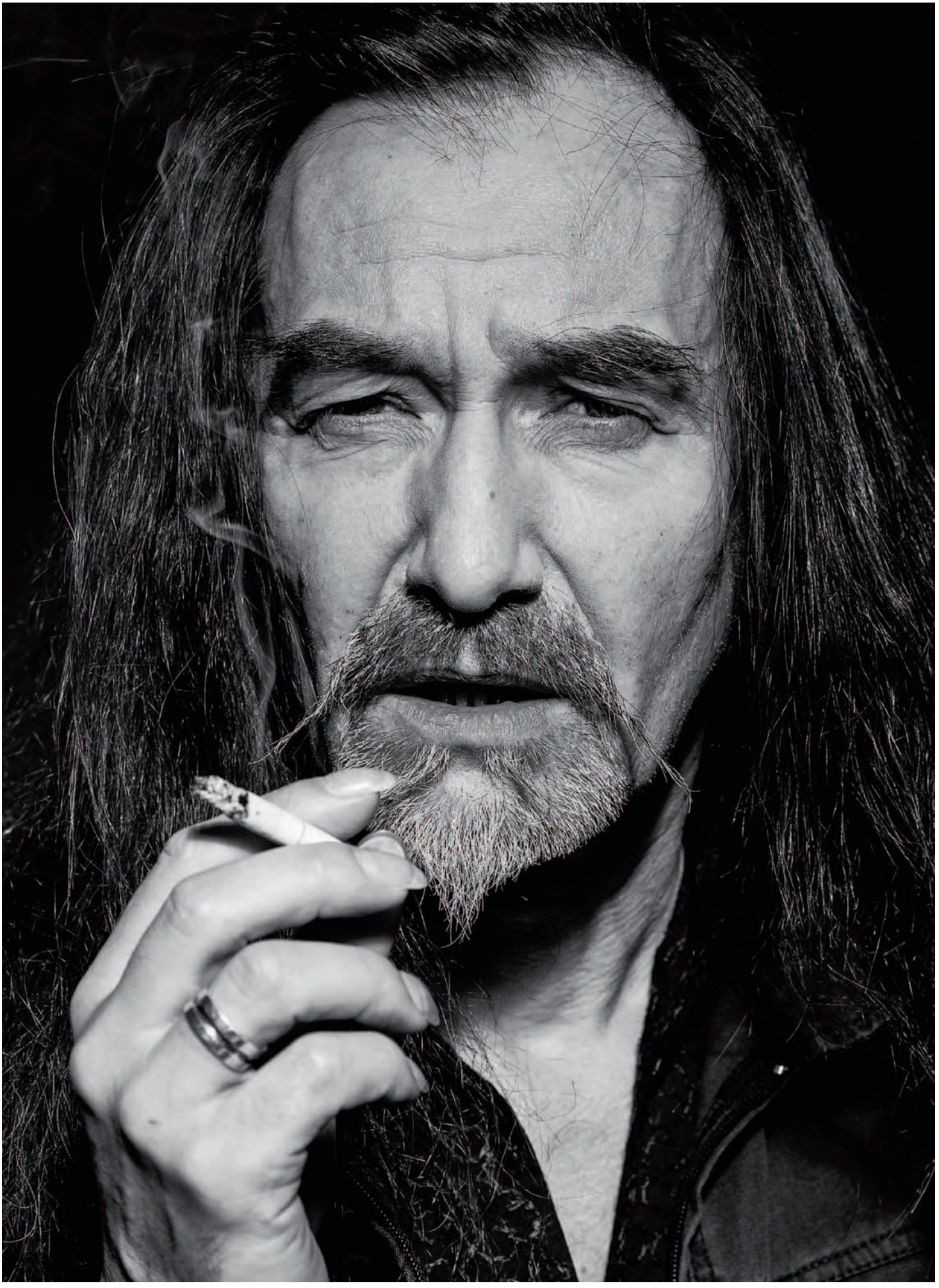
Rozmawia MAŁGORZATA HNAT

Śpiewa pan od wielu lat Josifa Brodskiego skazanego przez władze Związku Radzieckiego na banicję, Osipa Mandelsztama, osobistego więźnia Stalina, barda Włodzimierza Wysockiego, który zmagał się z uzależnieniem od alkoholu i narkotyków. Ich odbieramy jako ludzi z krwi i kości, wiarygodnych w tym, o czym mówią, piszą, śpiewają. Ma pan podobnie mocny życiorys? Mamy wierzyć w autentyczność pana mocnych tekstów?
Wolałbym nie wracać do przeszłości. Nie chcę wywoływać wątpliwych zresztą sensacji. Czytelników chyba to nie interesuje.

Ale coś pan wie o cierpieniu?
Sam doświadczyłem go niewiele, jednak coś chyba wiem...

Dlatego nie może pan w nocy spać?
Teraz już mogę. Środki nasenne albo jedno, dwa piwa i wystarczy. A na poważnie, jestem ostatnio co nieco przemęczony promocją nowej płyty, wywiadami, koncertami; zasypiam od razu.

Ta bezsenność ze wszystkich pana płyt wyziera.
Bo to wszystko też po nocy pisane. Odsypiane w dzień. Wtedy nie liczę się z czasem. Ania, moja żonka, rozumie to doskonale. Nie mam np. przez dwa, trzy dni albo i tydzień, kiedy wyjeżdżam, ➤



żadnych obowiązków. Jestem zatopiony jedynie w pracy. Ona ogarnia resztę. Ja też na co dzień staram się gotować, sprzątać, zmywać, robić zakupy, ale ona jest dzielniejsza. Sama to wszystko robi i jeszcze dba o sprawy zawodowe. To niezwykłe z jej strony. Mam nadzieję, że ja się jej swoją pracą też odwdzięczam. To już z nią trzeba by było o tym porozmawiać. Jesteśmy ze sobą od dziewięciu lat i nie zanosi się na kryzys.

Jakieś kryzysy się panu w życiu zdarzyły?
Kilka – takich, z których podnosiłem się mocniejszy, niemniej cztery lata temu bardzo poważny. Byłem przemęczony pracą, musiałem też zwolnić miejsce, które zamieszkiwałem od 13 lat, a z którym byłem serdecznie związany. Poczułem też, że z tego świata zaczyna odchodzić ojciec. Sporo zacząłem pić. To chyba był kryzys wieku średniego. Tak można powiedzieć, no i niezmiernie dużo nerwowych sytuacji związanych z poszukiwaniem nowego miejsca zamieszkania. Nie podobało mi się też to, co działo się wtedy w Polsce. Postanowiłem więc wyruszyć na prywatną krucjatę, która się szybko zakończyła... w szpitalu.

Gdzie ta krucjata się odbyła?
Nie chcę wchodzić w szczegóły. Trochę narozrabiałem. Chyba chciałem się sam ukarać za coś... Miałem ciężką rozmowę ze śp. ojcem. Z Anią też się rozstałem wtedy w myślach i sercu. Wyjechałem z Warszawy. Czułem się mocno zagubiony. Doszły do tego używki. Mieszanka wybuchowa. Kłopoty ze snem. Zupełny wrak człowieka się ze mnie zrobił.

Długo pana trzymali w szpitalu?
Ponad miesiąc. Ale i tak byli łaskawi.

Bo słuchali pana tekstów?
Spotkałem kilku pacjentów, którzy byli moimi fanami i rozpoznali mnie. Także trzy panie z personelu okazały się „wielbicielkami". Zresztą jednej z nich zawdzięczam jako takie zdrowie psychiczne, bo dzięki niej mogłem wychodzić na spacery. To było zbawienne. Przebywanie na oddziale zamkniętym jest czymś potwornym. To skomplikowana historia...

Jaką w niej rolę odegrała Ania? Po tym, jak pan ją pożegnał w myślach i sercu?
Właściwie wyciągnęła mnie z tego. Przyjechała do Szczecina i zrobiła wszystko, żeby mnie ze szpitala wydobyć. To była jedyna osoba, oprócz zaprzyjaźnionego dyrektora teatru i garstki bliskich tam, na miejscu, która wtedy potrafiła mnie wesprzeć. Czułem się wówczas osamotniony, zresztą

OBECNIE ŚWIAT KOBIET W MOIM ŻYCIU JEST OGRANICZONY. DO TEJ JEDNEJ JEDYNEJ.
KIEDYŚ BYWAŁO INACZEJ... ALE NIE MA CO DO TEGO WRACAĆ...

chciałem być osamotniony, długo nie pozwalałem sobie pomóc, ignorowałem telefony. To była konsekwencja tego, że wcześniej, przed opisywanymi wyżej zdarzeniami, miałem zamiar diametralnie zmienić swoje życie, porzucić dotychczasową pracę i wyjechać za granicę. Zacząć od początku. Zmieniłem jednak zdanie – ruszyłem w Polskę.

Artystycznie?
Poniekąd. Na początek chciałem zamieszkać na południu Polski. Wrócić do ojca, do Gorlic, opiekować się nim. Ale on sobie tego nie życzył, choć kochaliśmy się bardzo i przez ponad 30 lat, kiedy byłem poza domem, odwiedzałem go w każde święta i zawsze, kiedy tylko mogłem. Mimo wszystko zostałem z nim jakiś czas, ale już wtedy z moją kondycją psychiczną nie było najlepiej, jakieś niespotykane dotąd przemęczenie mózgu mnie dotyczyło, no i te mętne myśli i lęki... W ogóle przeczuwam różne sytuacje na długo przed tym, zanim się wydarzą. Tak było i wtedy. Aż mnie przenika dziwny dreszcz, kiedy o tym myślę...

Wspominał pan wielokrotnie o przyjaźni z Jerzym Satanowskim. Nie jest taka oczywista, ponieważ on nie lubi

mężczyzn. Bo albo w machyzm idą, albo w słabość. Teraz jest mnóstwo silnych kobiet, samodzielnych. Pan mógłby się zaprzyjaźnić z kobietą?
Teoretycznie tak. A z Jerzym, który bardzo w życiu mi pomógł i pozostaje ciągle wspaniałym mentorem, wiąże nas wspólna praca. Nie lubimy nie tyle mężczyzn, co „męczyzn".

A przyjaźni się pan z jakąś kobietą?
Z Anią. Pobraliśmy się w związku z tym dwa lata temu.

To niebywałe, że przyjaźni się pan z żoną.
Mamy też głębsze i namiętne dla siebie uczucia. I jesteśmy świetnymi partnerami – w rozmowach, współpracy zawodowej. Ania, żeby być moją menedżerką, zrezygnowała ze swoich ambicji i pasji. A jest też bardzo utalentowaną malarką. Większość czasu poświęca mojej pracy i wychowaniu Thibault, syna z pierwszego związku. Świetnie się dogadujemy. Cenię bardzo jej zdanie, jednak są obszary spraw i kwestie, które należą tylko do mnie. Ania to respektuje. Natomiast wiele spraw z nią konsultuję i z jej strony to są zawsze cenne i celne uwagi. Obecnie świat kobiet w moim życiu jest bardzo ograniczony. Spotykam się jedynie po koncertach ze słuchaczkami, podpisuję płyty, chwilkę rozmawiam. Prowadzę teraz bardzo ascetyczny, pracowity i ustabilizowany tryb życia. Dawniej bywało inaczej... Ale nie ma co do tego wracać...

Lepiej zapomnieć?
Tego się nie da zapomnieć, ale to był bardzo duży potencjał kobiet. Różnych, także często przypadkowych związków, zdarzeń, szaleństw. Ale nie życzę tego nikomu w nadmiarze.

U pana to występowało w nadmiarze?
Przez jakiś czas tak. Za bardzo się chyba angażowałem i w zbyt wiele naraz. Zapomniałem o tym, że i kobiety się w to angażują. Zaczął się rodzaj młyna, z którego z wielkim bólem i trudem wychodziłem. To były okresy, kiedy żyłem samotnie, bo kiedy byłem w związkach, to pozostawałem bardzo wierny i przywiązany do partnerki. Kiedy związek się rozpadał, zostawałem sam z gitarą, były trasy, koncerty, inne miasta nocą, więc tych zdarzeń, spotkań z kobietami bywało sporo. I tych krótkich, przelotnych romansów też. Ale to na szczęście mam już za sobą. Zresztą ilość nigdy nie była racją mojego bytu i istotą męskości.

Potęga słowa i pana twórczości też wywierała wrażenie na kobietach?
Miałem dowody, że tak, ale jak na ilość takich okazji rzadko z tego korzystałem, a najczęściej nie. Czułem się też za to odpowiedzialny.

W jakim sensie? Poszły konie po betonie, a dopiero później następowała refleksja?
Trzeba się było albo wycofywać, albo jakoś bronić... Niezręcznie mi o tym mówić, ale był taki czas, kiedy odpowiadałem na SMS-y kilku kobietom naraz. Korespondowałem całe dnie, bo nie było temu końca; jakieś próby tłumaczenia sytuacji, że nie jestem w stanie podjąć odpowiedzialności, dawać nadziei, zgodzić się na stały, poważny związek. Czułem się wtedy nieswojo i podle. Szybko z tym skończyłem, ale żeby było jasne, ja też dostawałem nieraz kosza.

Jak to się stało, że z Anią wyszło na długo i na poważnie?
Uparła się chyba... I okazywała niezwykłe dowody oddania. Mimo że jest młodsza ode mnie o 16 lat, to przy tym niezwykle mądra, doświadczona, samodzielna, no i mająca też ten kawałek życia za sobą, jak to powiedzieć... surowego, ale i brawurowego, pełnego malowniczych zdarzeń. Mieszkała też długi czas za granicą, gdzie urodził się Thibault. Świetnie nam się ze sobą przebywało i rozmawiało. Czułem, że to odpowiednia osoba, która nie będzie już szukała dodatkowych wrażeń w życiu. Bo ma ich w nadmiarze. Wystarczyłoby na dwa, trzy życiorysy.

Pan miał już dość kobiet szukających wrażeń?
Może nie tyle dość, ale czułem się mimo dość towarzyskiego trybu życia beznadziejnie osamotniony. Ostatni związek poległ na tym, że straciłem zaufanie do kobiety, z którą byłem. To się rozpadło mimo sześciu lat wspólnego życia. Zostałem wolnym strzelcem, singlem. To było nawet do czasu przyjemne, ale potem stało się męczące. Kiedy zbliżałem się do pięćdziesiątki, zacząłem odczuwać potrzebę stabilizacji, domowego ciepła, jednej jedynej kobiety, tej ukochanej, wybranej. Szczęśliwie teraz tak jest.

Ona się uparła. A pan się bronił ze strachu?
To prawda, dość długo broniłem się, ale nie ze strachu. Jeśli dobrze rozpoznaję swoje motywy, to pewnie chciałem mieć dowody, że to jest odpowiedni człowiek. Czy zaakceptuje mój tryb życia i pracy, ciągłe podróże. Chciałem się przekonać, czy naprawdę jej na tym wszystkim aż tak zależy.

Wspomniał pan, że po 13 latach musiał opuścić pewne miejsce, w którym pan mieszkał. Dlaczego?
To był właściwie prezent od losu i Jerzego, bo miałem zaopiekować się domem w Opaczy i dwoma psami po jego zmarłej mamie na dwa, trzy miesiące, a trwało to 13 lat. Wspaniałe miejsce i jeden z najpiękniejszych okresów mojego życia. Jestem Jerzemu dozgonnie wdzięczny. Opacz pozostanie dla mnie kultowym miejscem. Tam powstały i „Ave", ➤

i „Allez!". I wiele spotkań towarzyskich się odbyło i gości zacnych masa się przewinęła. To był otwarty dom, może czasem aż nazbyt otwarty. Niedaleko dworca, lotniska, więc każdy ze znajomych i przyjaciół, kto właśnie przylatywał albo wybierał się za granicę, nocował. Złote lata. Dom został sprzedany.

Z Jackiem Kaczmarskim przyjaźnił się pan tak jak z Jerzym Satanowskim?
To był inny rodzaj relacji. Z Jackiem osobiście spotkałem się dzięki Zbyszkowi Łapińskiemu (w 1993 r. nagraliśmy wspólnie płytę „Świat widzialny"). Jacek po pierwszym powrocie z Monachium, gdzie pracował w radiu Wolna Europa, zaprosił mnie na minitrasę koncertową na południu Polski. Ja wtedy śpiewałem program „Świat widzialny" z wierszami Josifa Brodskiego. Zbyszek akompaniował mi i Jackowi. Jak wspominam, to tych naszych spotkań było niemało, ale każde podszyte dość dużą dozą wzajemnej powściągliwości. Ostatnie – na plaży przed teatrem Atelier w Sopocie, gdzie śpiewaliśmy z kolegami na rzecz leczenia Jacka. On już był wtedy w stanie zaawansowanej choroby nowotworowej. Jak mówiłem, nie dawaliśmy sobie wcześniej ewidentnych dowodów przyjaźni, nie okazywaliśmy czułości. Wtedy padliśmy sobie w ramiona. Jacek sam to zainicjował. Nie wiem, czy już wtedy przeczuwał, że to koniec, bo wciąż miał nadzieję, że wyjdzie z tego, że wróci na scenę. Imał się różnych metod leczenia. Na koniec choroby trafił na jakiegoś hochsztaplera, który, jak się okazało, sprzedawał mu placebo.

W panu nigdy nie było żalu, że Jacek był naczelnym bardem Solidarności. Nie chciał pan dołączyć do tria Kaczmarski, Gintrowski, Łapiński?
Nic z tych rzeczy. Oni raczej budzili we mnie zachwyt i podziw. Ja od zawsze siedziałem na swoim „gospodarstwie piosenki lirycznej", nieco aluzyjnej, kontestującej, ale nie tak zaangażowanej jak w ich przypadku. Nie ukrywam jednak, że zdrowo zazdrościłem Jackowi umiejętności pisania, obrazowania, no i tej ogromnej ilości wyśmienitych i genialnych tekstów, którą po sobie zostawił. Właściwie po ich lekturze w ogóle przestałem na długo cokolwiek sam pisać, tak mną to tąpnęło.

Jak się ma pańska piosenka poetycka: trudna stylistyka muzyczna, gęsty od znaczeń tekst poetycki, do tego, że dążymy w języku do skrótowości? Często emotikon, SMS wystarczy, by coś wyrazić? Słowo bywa jedynie częścią obrazu, grafiki.
Ale też wyrazem uczuć. Pani wspomniała o SMS-ach, a ja przypomniałem sobie, jak niegdyś ludzie po ukazaniu się „Ave" opowiadali mi, że pisali do siebie SMS-y miłosne, wykorzystując fragmenty moich tekstów. Wielu dzięki temu się spotkało, związało, zbliżyło do siebie. Dochodziło nawet do „małżeństw", a na zaproszeniach ślubnych, których kilka zachowałem na pamiątkę, pojawiały się cytaty z moich piosenek.

Wiele pańskich piosenek jest o rozstaniach.
Moich jest niewiele, ale np. na „Ma chérie" jest piękna piosenka „Powiedz z kim" Pawła Królikowskiego.

Nie wiedziałam, że Paweł Królikowski pisze tak dobre teksty.
Też byłem zaskoczony. Kiedy Jurek Satanowski dał mi tę piosenkę, nie powiedział, kto jest autorem tekstu. Najbliższy temu klimatowi i klasie był Janek Wołek, którego piosenkę „Łeb róży" właśnie o rozstaniu także śpiewam. Ta piosenka „kopie". Jest mocna. Zmusza do myślenia.

Przyznaje pan, że teksty pisze długo, np. „Program dnia" („Ave") powstawał siedem lat. Czy dzisiaj można sobie pozwolić na takie dopieszczanie słowa?
U mnie tak długo to trwa. Może ja nie mam talentu literackiego, to też trzeba wziąć pod uwagę, no a na pewno nie jestem zawodowym tekściarzem. A parę rzeczy, takich jak „Tańcz", „Ave", „Sam na sam", po prostu udało mi się napisać cudem.

Pan kokietuje?
Nie. Pisanie piosenki to zupełnie inna umiejętność niż pisanie wiersza, poematu. Jeżeli dostrzegam ostatnio dość grafomański poziom swoich literackich wyrobów, to wolę korzystać z powstałych już świetnych tekstów i wierszy i sprawdzać się jako interpretator czy kompozytor. Tekst nie może być sztuką dla sztuki, powinien ludziom praktycznie służyć lub budzić ich najgłębsze refleksje. No albo bawić, ale to na razie nie moja „działka".

Kto przychodzi na pana koncerty?
Jeśli chodzi o przekrój wiekowy, to różnie: od bardzo młodych po ludzi w jesieni życia. Same recitale to takie małe misteria... Ludzie, którzy na nie przychodzą, tak samo jak ja lubią się pięknie zasmucać, zamyślać, wzruszać. ●

MIROSŁAW CZYŻYKIEWICZ *ur. w 1961 r. w Gorlicach. Pieśniarz, poeta, kompozytor, artysta grafik i malarz. Popularyzator twórczości Josifa Brodskiego i wykonawca jego wierszy. Od wielu lat przyjaźni się i współpracuje z Jerzym Satanowskim. Wydał płyty: „Autoportret 1" (1989), „Ave" (1999), „Superata" (2000), „Allez" (2005) i „Ma chérie" (2013).*

ZDJĘCIA: GREG KLUKOWSKI/PARLOPHONE MUSIC POLAND.

AKADEMIA ZWIERCIADŁA

GALERIA MALTA

MALTA KOBIET

Przyjdź na wykłady otwarte do Galerii Malta w Poznaniu – czeka **400 miejsc!***

Czy chcesz dowiedzieć się, jak czerpać radość ze swojego seksapilu?
Nurtuje cię, jak sprawić, żeby twoje dziecko było szczęśliwe?
Jeśli tak, zapisz się na wykład KATARZYNY MILLER lub WOJCIECHA EICHELBERGERA.
Spotkania w Galerii Malta w Poznaniu odbędą się 5 i 19 października.

PROWADZĄCA: **Katarzyna Miller**
TEMAT WYKŁADU: **„Porozmawiajmy o seksie i nie tylko...”**

Przyjrzyjmy się portretowi ludzkich uczuć, pragnień i fantazji erotycznych realizowanych w stałych związkach, przelotnych romansach lub pozostających jedynie w sferze pragnień. W trakcie wykładu będziemy rozmawiać o tym, że umiejętność rozkoszowania się pełnią życia jest najważniejszym elementem naszego seksapilu – wstęp wolny.*

TERMIN: **05.10.2013, Poznań, Galeria Malta, Multikino.**
Pierwsza część spotkania w godz. 11:00–12:30, druga część spotkania w godz. 13:30–15:00.

PROWADZĄCY: **Wojciech Eichelberger**
TEMAT WYKŁADU: **„Spełnieni życiowo rodzice – czyli: Jak wychować szczęśliwe dziecko”**

Aby dziecko było zadowolone z życia, rodzic musi zatroszczyć się o siebie. Spełnieni życiowo rodzice dają dziecku poczucie bezpieczeństwa i oparcie niezbędne do rozwoju. To jeden z podstawowych paradoksów rodzicielstwa – jeśli poświęca się bez reszty maluchowi, zaniedbuje się swój związek, to prędzej czy później obraca się to przeciwko dziecku – wstęp wolny.*

TERMIN: **19.10.2013, Poznań, Galeria Malta, Multikino.**
Pierwsza część spotkania w godz. 11:00–12:30, druga część spotkania w godz. 13:30–15:00.

KSIĄŻKI KATARZYNY MILLER (w tym najnowsza: „Słone ciasteczka. 10 opowiadań erotycznych”) I WOJCIECHA EICHELBERGERA DO KUPIENIA W ATRAKCYJNEJ CENIE. ZDOBĄDŹ AUTOGRAF!

*200 miejsc na każdy wykład, wstęp na zasadzie pierwszeństwa po uprzedniej rezerwacji drogą mejlową na adres: konkurs@zwierciadlo.pl, z dopiskiem MILLER.MALTA lub EICHELBERGER.MALTA. Prosimy o podanie w mejlu imienia, nazwiska oraz miasta. Na zgłoszenia czekamy od 22 sierpnia do 26 września 2013 r. Regulamin dostępny na www.zwierciadlo.pl

Partner: Multikino

ZDJĘCIA: RAFAŁ MASŁOW, MARIUSZ MARTYNIAK, KRZYSZTOF OPALIŃSKI, MATERIAŁY PRASOWE.

Dane osobowe uczestników konkursu będą przetwarzane przez organizatora konkursu, tj. Wydawnictwo Zwierciadło Sp. z o.o., z siedzibą w Warszawie 00-324, ul. Karowa 31a, w celu realizacji umowy przystąpienia do konkursu i jego prawidłowego przeprowadzenia lub marketingu własnych produktów organizatora konkursu. Gwarantujemy prawo wglądu do swoich danych osobowych oraz ich poprawiania, jak również żądania zaprzestania przetwarzania danych. Podanie danych jest dobrowolne, lecz ich brak uniemożliwia w przypadku wygranej dostarczenie do zwycięzcy nagrody. Dane osobowe nie będą udostępniane innym podmiotom.

SMAK

JEDNA Z NAJWAŻNIEJSZYCH I NAJBARDZIEJ LUBIANYCH AKTOREK. WYSTARCZY, ŻE *Marta Lipińska* POWIE SŁOWO, A SAMI JUŻ DOPOWIADAMY: „KOCHAM PANA, PANIE SUŁKU". NA SPEKTAKLE Z JEJ UDZIAŁEM W TEATRZE WSPÓŁCZESNYM W WARSZAWIE BILETY SĄ ZAWSZE WYPRZEDANE.

Rozmawia REMIGIUSZ GRZELA Zdjęcia ARKADIUSZ JAN ZBIŻEK

Pani rodzina zostawiła za sobą „Wiśniowy sad”?
Może niezupełnie wiśniowy... Babcia i mama zostawiły świat, za którym całe życie tęskniły. Z opowiadań wiem, że w ogrodzie babci rosły cudowne grusze i jabłonie, które już teraz trudno znaleźć – duże gruszki bery i słodziutkie kosztele. Mieszkałyśmy w Borysławiu. Mały, biały domek na wzgórku nad Tyśmienicą. Właściwie sama nie pamiętam nic. Z opowieści babci, mamy mojej mamy, wiem, że kiedy dostałam pierwsze sanki, strasznie mi było pilno je wypróbować. Któregoś dnia, kiedy nikogo nie było w domu, zobaczyłam przez okno pierwszy śnieg. Zarzuciłam ręcznik na nocną koszulę, żeby było szybko, włożyłam babcine buty numer 40, zabrałam sanki i wyszłam sobie pojeździć. Mogłam mieć ze cztery lata. Nie skończyło się zapaleniem płuc tylko dlatego, że zobaczyła mnie babcia, która akurat wracała, i szybko zaniosła mnie pod ciepłą pierzynę.

Później kiedykolwiek była pani w Borysławiu?
Nie. Sama nic nie pamiętam, więc to byłoby dla mnie obce.

W domu często się o nim mówiło?
Tak, ale i mama, i babcia wiedziały, że tęsknią do czegoś, czego już nie ma. Mama nigdy się nie odważyła pojechać do ukochanego Lwowa, bała się rozczarowania. Babcia pożegnała się ze swoim sadem, z małym domkiem, z cierpieniem, że musi to wszystko zostawić. Pożegnała się raz na zawsze, pakując do kufra ukochany obrus haftowany przez moją mamę. To już był koniec „Wiśniowego sadu”. Ale w opowiadaniach był. Mama chodziła do gimnazjum w Drohobyczu. Rysunku uczył ją Bruno Schulz. Mówiła, że był zamkniętym w sobie człowiekiem. Mówiła: „Nikt go nie słuchał. Siedział przy swoim biurku, coś rysował”. Nie nazwała tego brakiem autorytetu, ale coś takiego pobrzmiewało. Że to nie było jego ulubione zajęcie i nie miał siły przebicia. To jest w jego rysunkach. Jego jakby ukrycie i jednocześnie ekspresja. Jak młodzi rozhukani ludzie mieliby to docenić?!

Jako repatriantki zamieszkałyście w Gliwicach.
Pociągiem ze Lwowa przyjechał z nami tapczan, stolik, parę krzeseł. Kufer, w którym były dwa obrusy, zastawa, srebra stołowe, przedwojenna porcelana i parę obrazów, w tym portret mojej ciotki Zosi namalowany przez Witkacego. Zamieszkałyśmy na parterze, w bloku na ulicy Dąbrowskiego. Był ogródek dwa kroki stamtąd, kiedyś najadłam się zielonych porzeczek, bardzo się rozchorowałam. Pamiętam, że bawiłam się z niemieckimi dziećmi tych, którzy po wojnie jeszcze nie wyjechali z Polski. Podobno wtedy świetnie rozmawiałam z nimi po niemiecku. Szkoda, że mi to nie zostało. Mój ojciec wrócił z Anglii i mimo że służył u generała Maczka, dostał dobrą posadę i wspaniałe mieszkanie w Warszawie, gdzie się przenieśliśmy. Był inżynierem, przedwojennym specem od nafty, więc nikt go nie nękał za to, że wrócił z zagranicy. Nie musiał należeć do partii. Był potrzebny jako fachowiec. Kiedy patrzę na siebie z tamtych lat, to wydaje mi się, że miałam w sobie coś takiego, co miała dziewczynka z filmu „Spaleni słońcem”. Stała na bramie i zaczepiała ludzi, z którymi chciała porozmawiać. Bardzo lubiłam rozmawiać z dorosłymi, i to serio.

REŻYSERZY POLUBILI MNIE W REPERTUARZE ROSYJSKIM. PODOBNO MAM W SOBIE CECHY KOBIET Z TAMTYCH STRON. JEDNI NAZYWAJĄ TO CIEPŁEM, INNI WRAŻLIWOŚCIĄ. A MOŻE PO PROSTU MAM SENTYMENTALNĄ DUSZĘ?

O czym?
O wszystkim. Pamiętam, że kiedy samochód przywoził ojca z pracy, a był dyrektorem w przedsiębiorstwie naftowym, i pojawiał się sąsiad inżynier, i jeszcze jeden inżynier, to witałam się z ojcem, ale gawędziłam z tymi panami, a oni bardzo chętnie ze mną rozmawiali. Miałam osiem, dziewięć lat. To był czas szczęścia, a potem ojciec ciężko zachorował. Zmarł, kiedy miałam 14 lat. Bardzo to przeżywałam. Bardzo kochałam ojca, a ojciec mnie. Był czarującym człowiekiem, uwielbianym przez wszystkich. Mama opowiadała, że grał kiedyś w brydża i jego partner karciany zapytał: „Jurek, jak możesz licytować szlemika w piki, jeśli nie masz pików?” A ojciec na to: „Ale cośmy ich nastraszyli!...”. Oczywiście, położył tę grę. Miał wdzięk i fantazję. Rodzina mojego ojca to byli ludzie pełni dobroci, poczucia humoru i naiwności, którą ma mało dorosłych. To, że związałam się ze sztuką, w dużej mierze zawdzięczam siostrze ojca, mojej ukochanej cioteczce Zosi, z którą spędzałam wakacje. Ponieważ nie miała swoich dzieci, mnie starała się przekazać swoją filozofię. Nazywała

mnie pieszczotliwie Maciunią lub Martupelkiem. Zabierała mnie na Mazury, gdzie pływałyśmy na golasa. Krępowałam się, a ona mówiła: „Zobaczysz, jak to przyjemnie bez tych wszystkich biustonoszy. Nikogo nie ma". Rzeczywiście, było wtedy pusto nad jeziorem. Potem strasznie to polubiłam. Moja mama była zazdrosna, kiedy rozpromieniona opowiadałam o wakacjach z cioteczką.

Ciocia miała artystyczną duszę?
Była wielką indywidualnością, pełną uroku, więc skupiała w swoim salonie, w Łodzi na Mickiewicza, kwiat inteligencji. Jej trzeci mąż był poetą. Poznałam u niej mnóstwo fajnych ludzi, którzy świetnie ze sobą rozmawiali. Również wiele osób ze szkoły filmowej. Między nimi kręcąca się dziewczynka, którą dosyć się zachwycali, bo taka chudzinka z warkoczykiem z tyłu, podobno pełna uroku, która lubi zagadywać.

Ciocia dostrzegła w pani więcej niż mama?
Matka inaczej patrzy na dziecko, interesuje ją, czy zjadło obiad, odrobiło lekcje. Zwłaszcza że nasze spotkania z ciotką były zawsze w czasie wakacji, kiedy były luz, wolność i przyjemności. Kiedy przyjeżdżałam na ferie do Łodzi, prowadziła mnie do teatru. Ponieważ miała znajomych w filmówce, chodziłam na pokazy na przykład filmów neorealizmu włoskiego. Wierzyła we mnie. Widziała we mnie świetlaną przyszłość. Wyjeżdżając do Argentyny, do swojej siostry (a nie miałam jeszcze matury), powiedziała: „Zobaczysz, Martupelku, przylecisz do Argentyny jako wielka aktorka i kto cię spotka na lotnisku? Twoja ciotka z kolczykiem w nosie, z kolczykami w uszach, na bosaka, w szatach tańcząca na twoje przywitanie w gronie Argentynek". I tak się zdarzyło, że poleciałam do Argentyny na festiwal filmowy do Mar del Plata i wydzwoniłam ją w Buenos Aires. Nie miała kolczyka w nosie. Ja nie byłam wielką aktorką, tylko młodziusieńką aktorką, która przyjechała w delegacji polskich filmowców ze Stasiem Różewiczem pokazać film „Głos z tamtego świata". No ale część jej przepowiedni się sprawdziła. W Argentynie ciotka wyszła po raz czwarty za mąż i wtedy powiedziała: „Dopiero czwarty mąż jest właściwy". Wybacz, Cioteczko, ale poprzestanę na drugim. Mąż poeta, zostawiony w Polsce, przepijał za grosze wszystkie jej portrety Witkacego. A było tego sporo.

To ta ciotka z portretu, który przyjechał z wami ze Lwowa?
Tak i do dziś mam ten portret, który uratował się tylko dlatego, że podarowała go mojej mamie w 1937 roku. Witkacy podobno ciotkę bardzo kochał. W listach do żony pisał, że jest nowa kobieta, Zosiuńcia, opisywał żonie wszystkie nowe romanse i ten też opisał.

Czy świadomość świata, który pani rodzina za sobą zostawiła na Kresach, miał wpływ na to, że reżyserzy polubili panią w repertuarze rosyjskim?
Może. Podobno mam cechy kobiet z tamtych stron, jedni nazywają to ciepłem, inni wrażliwością. A może po prostu mam sentymentalną duszę?

Od debiutu ten repertuar do pani wracał.
Były takie czasy. To, co grałam w teatrze i w telewizji, role, które przynosiły mi złote maski, były w sztukach Czechowa, Dostojewskiego, Gorkiego, Radzińskiego. Wspaniały repertuar. Daj Boże, żeby teraz pojawili się tacy dramaturdzy. Chociaż w Rosji ciągle pojawiają się nowi, piszą więcej niż my, powstaje wiele dobrych sztuk. Ale są już o innych kobietach. Nie wiem, czybym się w tym odnalazła.

Jakie są te kobiety?
Ostre, zdeterminowane, po przejściach. To nie są kobiety żyjące tylko uczuciami. To kobiety konkretne, trzymające się mocno trudnego życia.

Nie odnalazłaby się pani w rolach kobiet ostrych?
Grałam kiedyś taką rolę w „Irkuckiej historii", przyszła mi dosyć trudno. Grałam dziewczynę prostą, nawet trochę prostacką, chociaż było w niej coś dobrego i szlachetnego. Erwin Axer przymuszał mnie, żebym szukała w sobie cech, które były mi obce. Pamiętam próbę, na której bardzo się męczyłam, i Axer był już zniecierpliwiony, że to wszystko wychodzi tak grzecznie. Powiedział: „Zrób coś takiego, żebym był zdumiony, żebym powiedział: nie, tak nie wolno". Chwilę myślałam, po czym w butach wskoczyłam na pięknie zasłane łóżko i deptałam po nim. „To jest to! – krzyknął. – Takich momentów szukaj. Kiedy znajdziesz w niej i takie cechy, będzie prawdziwsza". Kiedy pokona się siebie i swoją niemożność albo daleką cechę charakteru, przychodzi radość. Byłam zawsze spontaniczna w działaniu. Mało miałam rezonerstwa na scenie. Nie lubiłam gładkiego gadania. I nagle w trzecim roku bycia na scenie dostałam rolę Lavinii w sztuce George'a Bernarda Shaw „Androkles i lew". Jako Lavinia strasznie się mądrzyłam, miałam omal filozoficzne wywody. Miałam dialogi ze Zbyszkiem Zapasiewiczem, który grał kapitana podkochującego się w Lavinii. Rozmawiali ze sobą tak, jakby chcieli się zachwycić wzajemnie swoimi wymądrzeniami. Nie lubiłam tego. Bardzo się denerwowałam, wychodząc na scenę. Byłam naiwna, bo myślałam, że widzowie tego nie lubią. Byłam pewna, że czekają na prawdziwego człowieka, a właściwie na urokliwego, tańczącego lwa. ➤

Denerwowała pani samą siebie?
Okropnie. Stałam w kulisie przed wyjściem na scenę i łomotało mi serce ze zdenerwowania i niechęci. Nie umiałam tego opanować. Myślałam: „Boże, znowu... Chyba umrę z tej niewygody, z buntu". To było moje wrażenie, bo przedstawienie się podobało. Po wielu latach zdarzyło mi się grać w sztuce „Najlepsi z przyjaciół", opartej na prawdziwych listach George'a Bernarda Shaw, przełożonej benedyktynek matki Laurencji McLachlan, którą grałam, i sir Sydneya Cockerella, bibliofila i wydawcy. To byli ludzie o zupełnie różnych filozofiach, którzy przez całe życie się przyjaźnili. Myśmy pół świata zjechali z tym spektaklem. Widzowie mieli poczucie, że znaleźli się w salonie, gdzie dywagują ze sobą mądrzy ludzie, którzy mimo szalonej różnicy światopoglądów mogą się przyjaźnić i lubić się do samej śmierci. A więc po latach byłam w stanie wykrzesać z siebie rezonerkę.

Bardzo czeka się na pierwszą publiczność?
Tak, ale jest w tym coś z pychy, bo się właściwie oczekuje sukcesu. Robi się spektakl po to, żeby się podobał. Trema płynie z pychy, bo chcemy, żeby było wspaniale. Czujemy publiczność, która przecież różnie reaguje. Mogę się przyznać, że brakowało mi publiczności przy nagraniach telewizyjnych „Namiętnej kobiety". Grałam z publicznością 200 przedstawień, czułam jej oddech, bardzo mi pomagała. Uważam, że o tyle gorsze było przedstawienie telewizyjne, bo bez publiczności miałam trudność z regulowaniem rytmów.

Co ma pani wspólnego z Betty, bohaterką sztuki Kay Mellor?
Czasami koledzy żartowali, mój mąż też, że ta sztuka została dla mnie napisana. Bardzo wiele momentów nie pasuje do mnie, ale bardzo wiele pasuje, jak zresztą do każdej kobiety, której ukochany syn się żeni, wyfruwa z gniazda, a życie z mężem tak sobie się układa. To jest bardzo charakterystyczne dla bardzo wielu matek.

Dzieci się wyprowadziły, no i co?
No, właśnie. Może trzeba odlecieć balonem?

Ciężkie to było dla pani?
Osobiście bardzo przeżywałam usamodzielnienie się dzieci. Najpierw wyprowadziło się jedno, potem drugie. Nie potrafiliśmy z mężem się zagospodarować. Nie potrafiliśmy się znaleźć do tego stopnia, że zmieniliśmy mieszkanie. Dopiero wtedy coś się zaczęło inaczej.

Nowe życie?
Tak. Trochę tak jak narzeczeni zaczęliśmy żyć od nowa, tylko dla siebie.

MAM W SOBIE WIĘCEJ SPONTANICZNOŚCI NIŻ MĄŻ, KTÓRY JEST BARDZIEJ SERIO. A JA CZĘSTO MIAŁABYM OCHOTĘ **POŻARTOWAĆ** I BARDZIEJ SWAWOLNIE PODEJŚĆ DO ŻYCIA.

Druga miłość?
Taka bardzo dojrzała.

Powiedziała pani w jednym z wywiadów, że kiedy grała Gruszeńkę w „Braciach Karamazow", chodziła obłąkana Dostojewskim. Co takiego jest w Gruszeńce, że aktorki chodzą jak obłakane? To samo właściwie pisała Marilyn Monroe, która bardzo chciała ją zagrać.
Coś, do czego się tęskni – szaleństwo. Odwaga. Bezkompromisowy bieg za głosem serca. Gruszeńka dla miłości bardzo wiele była gotowa zrobić. Zachwycało mnie jej szaleństwo.

Pani też tak poszła za sercem?
Poszłam. Tak było. Taka jestem.

Wątpliwości były?
Bardzo długo byłam szczęśliwa w pierwszym małżeństwie, do głowy mi nie przychodziły zmiany. Ale jak się coś takiego zdarzyło, to się nie zastanawiałam. Mieliśmy mieszkanie, do którego doszliśmy razem. Niebrzydkie. Wszystko zostawiłam. Wyszłam z jedną walizką. Jako osoba uczciwa przyznałam się mężowi, że coś się ze mną dzieje. Mąż bardzo zakochany i dobry powiedział: „Przejdzie ci, jestem przekonany, dajmy sobie trzy miesiące". Dał mi wolność, ale nie przeszło. Nie kłamałam, nie oszukiwałam. Ale to wszystko działo się w innych czasach. Mąż był operatorem filmowym. Wyjeżdżał na długo. Stale byłam sama. Chodziło się po przedstawieniu na wódeczkę do SPATiF-u, byliśmy młodzi i bawiliśmy się. No a ja ciągle sama. Maciej tak sobie mnie upatrzył, zakochał się, krążył wokół mnie jak żbik. Reżyserował te spotkania i zabawy tak, żebym za szybko nie wychodziła do domu, przedłużał te wieczory, tylko jeszcze trochę, jeszcze trochę. I tak wywalczył mnie sobie. Szczęśliwie się wszystko ułożyło. Myślę, że to, co mi się podoba w Gruszeńce, co sama w sobie znajduję, to skłonność do szalonych odruchów, spontanicznych gestów, nawet gdyby były bardzo ryzykowne.

Podobno, idąc ulicą z rodziną, potrafiła się pani przewinąć na trzepaku?
Miałam w sobie coś takiego. Dzieci lubiły ze mną żartować, bo była we mnie, i chyba nadal jest, radość życia. Dalej mam w sobie więcej spontaniczności niż mąż, który jest bardziej serio. Może funkcja go do tego skłania. A ja często miałabym ochotę pożartować i bardziej swawolnie podejść do życia. Ale kiedy niedawno byliśmy na wakacjach na Krecie, mąż wypożyczył skuter. Wiatr we włosach. Znowu poczułam przypływ młodości. Więcej spontaniczności mamy na wakacjach, kiedy nie wiążą nas obowiązki. Uwielbiam Barcelonę, nie tylko z powodu jej cudownej architektury. Również z powodu smaku na życie. Ulice w Barcelonie są pełne fajnych ludzi, gotowych nawiązać kontakt. Można gdziekolwiek przysiąść na ławce, pogadać. Bo została we mnie ta mała ze „Spalonych słońcem", wisząca na bramie. Mąż często się denerwuje i mówi: „Zaraz zaczną ci się zwierzać". Mam w sobie empatię i umiem wejść w skórę drugiego człowieka. Ale lubię też być sama. Bardzo lubię te godziny, kiedy jestem sama w domu. Zawsze znajdę sobie zajęcie. Mieszkam w takiej części miasta, gdzie jest spokojnie. Miasto się zmieniło. Pamiętam, jak się zaczęła nasza przyjaźń z Krzysiem Kowalewskim, w szkole teatralnej, on był starszym kolegą. Mieszkałam na Mokotowie, on gdzieś w centrum. Lubiliśmy po zajęciach – z czystej przyjaźni – maszerować Miodową i Traktem Królewskim, przez Nowy Świat, rozmawiając, ciesząc się ludźmi. Tę przyjemność spaceru przez cudowne miasto, jakim było wtedy, pamiętam do dziś. Zwłaszcza kiedy zjawiał się czerwiec, kiedy się szło przez ciepłe miasto, przystając, żeby wypić wodę z saturatora, za parę groszy, z musztardówki. Nie ma tego teraz.

Ale są kawiarnie, ogródki...
No tak, ale to trzeba pójść, chyba się z kimś umówić. Niemożliwe, żeby z biegu to zrobić. Nie ma luzu, który cechował tamte czasy.

Co jest najważniejsze w życiu?
Pogodzenie ze sobą. Ułożenie w sobie hierarchii ważności. Życie w pewnej harmonii marzeń, wyobrażeń i uczciwości. Odrobina szczęścia się przydaje.

Kiedy pani osiągnęła harmonię?
Co chwilę ją osiągam i czasem na chwilę tracę, bo przecież przychodzą wątpliwości. I dobrze, że nas życie nie prowadzi jak po sznurku, że nam otwiera oczy. Smakuje wtedy intensywniej. Czasem jak kosztele, a czasem jak zielone porzeczki. ●

MARTA LIPIŃSKA *od debiutu w 1962 roku aktorka Teatru Współczesnego w Warszawie. Grała w filmach m.in. Różewicza, Konwickiego, Zanussiego, kilkudziesięciu spektaklach Teatru TV, w serialach „Lalka", „Nad Niemnem", „Miodowe lata", „Siostry", „Ranczo". Wielokrotnie nagradzana, m.in. laureatka Wielkiego Splendoru 2005 za wybitne role w Teatrze Polskiego Radia. Jej mężem jest Maciej Englert, dyrektor Teatru Współczesnego w Warszawie.*

MAKIJAŻ I FRYZURA: ANETA KACPRZAK.

Raj i piekło WIETNAMU

Kim Thúy

MIAŁA DZIESIĘĆ LAT, GDY UCIEKŁA Z RODZICAMI ŁODZIĄ Z WIETNAMU. ZNANĄ KANADYJSKĄ PISARKĄ STAŁA SIĘ TROCHĘ PRZYPADKIEM, W CZYM POMÓGŁ JEJ AUTYZM SYNKA.

Rozmawia TOMASZ JASTRUN Zdjęcia RAFAŁ MASŁOW

W twojej książce „Ru" wszystko zaczyna się od słów: „Przyszłam na świat podczas ofensywy Tet, w pierwszych dniach Roku Małpy, kiedy rozwieszone przed domami długie łańcuchy petard wybuchały, tworząc razem z trzaskiem pistoletów maszynowych polifoniczną muzykę [...]". Piszesz, że swoim życiem miałaś zastąpić tych, co zginęli.

I ciągle się staram. Prawie wszystko w tej książce jest prawdą, ale w tych pierwszych słowach mieszka niedokładność, w czasie słynnej ofensywy zostałam jedynie poczęta. Ale tak brzmi mocniej i bardziej prawdziwie. Zależało mi, by pokazać, jak ten czas był okrutny i magiczny. ➤

Przeżyłam wystarczająco wiele dramatów, nie muszę ich wymyślać. Mój kraj przestał istnieć i już go nie będzie, Północ zjadła Południe, Sajgon już inaczej się nazywa.

Upadek Sajgonu to rok 1975. To był dla mnie koszmarny czas, miałem 25 lat i byłem już pewien, że umrę w sowieckim systemie, który ciągle wygrywa.
My mieliśmy gorzej. Przez okno widać było czołgi. Rodzice kazali nam się schować za kanapę, jakby była z betonu. Nasz dom został zarekwirowany na komisariat, mieszkało z nami dziesięciu żołnierzy Północy. Zawsze w mundurach, nie mieli innego ubrania. Robiąc inwentaryzację naszych rzeczy, w jednym pokoju odkryli skład biustonoszy. Kobiety w mojej rodzinie jak na Wietnamki mają duże biusty, to jakaś mała genetyczna modyfikacja, więc w kraju nie dało się dla nas dobrać odpowiednich biustonoszy. Mama kupiła je we Francji na zapas. Żołnierze uznali, że te biustonosze to filtry do kawy. Mieli zaledwie 14 lat, kiedy weszli do dżungli i tak szli w stronę Południa. Co mogli wiedzieć o biustonoszach? Teraz czuję wobec nich czułość. Widzę, że ci, którzy byli wtedy w naszych oczach oprawcami, byli też ofiarami. Miliony ludzi zginęły, miliony wsadzano do obozów edukacji, milion uciekł morzem. Byłam wśród nich.

Nie każdemu to się udało.
Jakieś sto tysięcy zaginęło po drodze. Nasza łódź miała sześć metrów i 12 centymetrów, w niej 213 uciekinierów.

W swojej książce piszesz: „Raj i piekło splotły się ze sobą w brzuchu naszego statku. Raj obiecywał zwrot w naszym życiu, nową przyszłość, nową historię. Piekło natomiast rozpościerało przed nami nasze lęki: strach przed piratami, strach przed śmiercią głodową, strach przed zatruciem się sucharami…
Ojciec miał przygotowaną dla nas truciznę. Pamiętam każdy moment tej podróży, ale nie, żebym korzystała z garnuszka, który służył za ruchomą toaletę. Na statku był taki tłok, że nie można było się ruszyć. Znak, jak próbujemy zapomnieć upokorzenie i ból, dlatego matki godzą się rodzić kolejne dzieci. To książka o pamięci i zapominaniu. Całego cierpienia nie da się jednak zapomnieć, a wtedy trzeba ujawniać jego piękno i ból blednie. Tego nauczyłam się już na tym brzegu…

Jak dobiliście?
To brzeg przeraził uciekinierów, biegł nim jakiś Wietnamczyk i krzyczał. Byliśmy pewni, że to pułapka, że jesteśmy w Wietnamie. Na szczęście to była Malezja. W chwilę po ewakuacji, na wysokiej fali, łódź rozpadła się na naszych oczach. I rozpadł się mój dawny świat.

Żaden facet mnie nie kochał,
A JA NAWET NA TO NIE LICZYŁAM. MĘŻOWI TEŻ POZWOLIŁAM SIĘ NIE KOCHAĆ.
W WIETNAMSKIEJ KULTURZE KOBIETA MUSI SIĘ DOSTOSOWAĆ, A NAWET PRZEWIDYWAĆ, CZEGO KTOŚ MOŻE OD NIEJ OCZEKIWAĆ.
To bardzo niefeministyczne, co mówię – JESTEM MISTRZYNIĄ PRZEWIDYWANIA CUDZYCH OCZEKIWAŃ. ALE TEŻ BYWAM BARDZO KANADYJSKA.

Potem obóz dla uchodźców. Nawet to odrażające miejsce opisujesz sensualnie. Zapachy, barwy, dźwięki, taka jest twoja opowieść, wszystko scala poezja…

Zawsze znajdowałam piękno także w brzydocie. Miałam dziesięć lat, gdy przybyłam do Kanady. Z samolotu po raz pierwszy w życiu zobaczyłam śnieg. Zabawne, „śnieg" to popularne imię w Wietnamie. Białe bezkresne przestrzenie były doskonale czyste. A w obozie był wszechobecny brud. Mama protestowała przeciw Kanadzie, jak będziemy żyć w kraju, gdzie zima trwa cały rok, a ludzie mieszkają w igloo? Na początku doskwierała nam bieda, ale najbardziej brakowało mi w Montrealu książek. W domu, gdzie mieszkałam, znalazłam tylko francuski słownik. Przez lata był to największy skarb.

Jak powstała twoja książka?

Miałam 39 lat, co kilka lat zmieniałam pracę, mąż miał tego dosyć, powiedział: „Zdecyduj, co chcesz w końcu robić w życiu, masz na to miesiąc". Taki jest mój mąż. Siedziałam i udawałam, że coś robię, coś dłubałam na komputerze i sama nie wiem kiedy, zaczęłam zapisywać wspomnienia, jakbym zbierała okruszki na dłoń. Nie miałam pojęcia, że będzie to książka. I że za trzy lata będę siedzieć z tobą w redakcji „Zwierciadła" w Warszawie, z widokiem na Wisłę i Stadion Narodowy. I że „Ru" zostanie przetłumaczona na kilkanaście języków. Wtedy tylko słuchałam wewnętrznego głosu. Ale też wiem, że nie napisałabym tej książki bez autyzmu Henriego.

Masz dwóch synów, cytuję: „Nie krzyczałam ani nie płakałam, kiedy powiedziano mi, że mój syn Henri jest uwięziony we własnym świecie, kiedy oznajmiono mi, że jest jednym z tych dzieci, które nas nie słyszą, które do nas nie mówią, chociaż nie są ani głuche, ani nieme […]. Nigdy nie dowie się, że dzięki niemu każda iskierka radości stała się błogosławieństwem. I że będę zawsze toczyła walkę z autyzmem, chociaż wiem z góry, że jest niezwyciężony.

Zawsze gdzieś biegłam, byłam zawsze spóźniona o dziesięć lat. Stąd moja pasja do maratonów, takich prawdziwych maratonów. Kiedy tak długo biegniesz, nie czujesz smaku i zapachu. Mój autystyczny syn zmusił mnie, żebym się zatrzymała, wtedy odkryłam, jak wiele odcieni mają kolory i dźwięki. Do tej pory nie dostrzegałam choćby kwiatów, jadąc autostradą. Teraz widzę maki – takie delikatne, a rosną w szczelinach brutalnego betonu.

Nowy brzeg nie okazał się rajem, wojna trwa wszędzie, tylko w różnej postaci. ➤

Moja mama powtarzała wietnamskie przysłowie wypisane na jej szkolnej tablicy: Życie to wojna, którą przegrywają smutni. Nie byłam nigdy smutna, nie jestem i mam nadzieję – nie będę.

Kim jest Kim? Wietnamką? Kanadyjką? Wietnam ma dla mnie jakąś tajemnicę. Przybysze z Wietnamu to mała, lecz największa w Polsce mniejszość spoza Europy. Jest w nich jakaś zagadka. I ci przybysze są, jakby ich nie było.
Moi rodacy na wszelki wypadek wolą być niewidoczni, tego nas nauczyła historia. A ja pokazuję Wietnam od romantycznej strony. Ludzie ze starszej generacji, jak moi rodzice, są przygnieceni dramatem i mrokiem przeszłości. Przed chwilą polska Wietnamka mówiła mi, że martwi się, kim jest: Wietnamką czy Polką. Powiedziałam, że można być i jednym, i drugim, a dzięki temu jest się kimś trzecim. To bogactwo.

Miałaś wiele wcieleń, ale ile zawodów?
Zaczęło się od szycia, miałam 11 lat, już w Montrealu z rodziną wszywaliśmy zamki błyskawiczne. To trudne, łatwo złamać igłę, która dużo kosztuje. Potem studiowałam prawo i języki, francuski i angielski. W czasie studiów pracowałam, będąc przez 24 godziny pod telefonem jako policyjna tłumaczka. Gdy policja nie mogła się dogadać, dzwoniła do mnie. Ze sprawami w rodzaju: „Proszę zapytać tego Wietnamczyka, czyja głowa tu leży". Pracowałam w takiej roli jakiś czas też w Nowym Jorku. Byłam jednak w Montrealu, kiedy milioner z Teksasu dzwonił, że chcą zamówić ochronę, ale tylko wietnamską. Nie było jednak takiej. Dzwoni potem, że chce mnie zaprosić na kolację. Mówię, że się spóźnię, mam kawał drogi, jestem w Montrealu. On na to: „Przyślę odrzutowiec"... Niełatwo było mi się z tego wykręcić. Potem miałam bardzo różne prace jako prawnik, często wyjeżdżałam do Wietnamu, zawsze do Hanoi, już jako kanadyjski prawnik, kiedy Zachód zaczął pomagać Wietnamowi się modernizować.

I po co była ta wojna, absurd. W jakim języku myślisz?
O miłości i uczuciach po francusku, o pracy po angielsku, o dzieciństwie po wietnamsku. Nie jestem do końca w żadnym z nich, ale gdzieś pomiędzy. Książkę napisałam oczywiście po francusku. Gdybym pisała po angielsku, byłaby inna. Jaka? Nie wiem.

Straciłaś po wyjeździe niemal wszystko.
I to nie jest bezkarne.

Cytuję: „Jestem szczęśliwa, wyprowadzając się, bo mam dzięki temu okazję pozbyć się części rzeczy, zostawić niektóre po to, by moja pamięć mogła stać się naprawdę selektywna, by mogła zatrzymać tylko te obrazy, które za zamkniętymi powiekami pozostają świetliste. [...] Wietnamskie powiedzonko głosi: Boją się tylko ci, co mają długie włosy, bo nikt nie szarpnie za włosy tego, kto ich nie ma. Staram się więc, jak tylko mogę, nabywać wyłącznie rzeczy, za które nie można mnie szarpnąć".
W części świata, gdzie się urodziłam, zawsze pyta się gwiazd o przyszłość niemowlęcia. Przepowiednia mówiła: Ta dziewczynka urodziła się bez żadnego talentu. Na szczęście będzie otoczona zdolnymi ludźmi, co może zrekompensuje brak urody i uzdolnień. Sprawdza się.

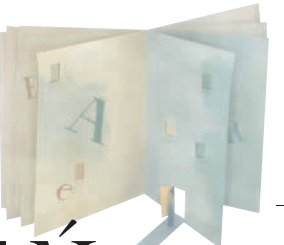
Nie mogę tego słuchać...
Żaden facet mnie nie kochał, a ja nawet na to nie liczyłam. Mężowi też pozwoliłam się nie kochać. W wietnamskiej kulturze kobieta musi się dostosować, a nawet przewidywać, czego ktoś może od niej oczekiwać. To bardzo niefeministyczne, co mówię – jestem mistrzynią przewidywania cudzych oczekiwań. Ale też bywam bardzo kanadyjska. Kiedy siedziałam w gronie biznesmenów w Hanoi, brano mnie za zreformowaną Japonkę, na pewno nie za Wietnamkę. Siedzę zawsze swobodnie, otwarta na świat, co chwila wybucham śmiechem. Wietnamka powinna być skulona w sobie, łagodnie się uśmiechać. I nigdy nie patrzeć w czyjeś oczy, choćby jak teraz w twoje, to niedopuszczalne. Utraciłam już na zawsze kruchość, niepewność i lęki Wietnamek.

Nie rozumiem twego męża i twego autokrytycyzmu.
Mąż też mnie nie rozumiał i mojego pisania. Dopiero kiedy lecieliśmy do Meksyku na promocję mojej książki, w samolocie zaczął ją czytać po hiszpańsku i nagle mruknął: „Uf, chyba zaczynam rozumieć, dlaczego to się tak ludziom podoba". Właściwie czemu ja ci to wszystko mówię...

Bo znamy się od urodzenia, może o wiele wcześniej. Pisząc o sobie, o swoim życiu, napisałaś o nas wszystkich, o ludzkiej rodzinie.
Chciałam poprzez swoją historię opisać nasz wspólny świat w jego bogactwie, w smakach, zapachach i kolorach. „[...] Moje słowa wślizgną się na zarys waszych warg, aż do tych białych kartek, które usłały moją drogę lub raczej drogę tych, co szli przede mną, dla mnie". ●

KIM THÚY *urodzona w Sajgonie w 1968 roku. Wraz z rodziną uciekła z Wietnamu. Dziś mieszka w kanadyjskim Montrealu i zajmuje się pracą literacką, jednak zanim zaczęła pisać, była krawcową, tłumaczką, adwokatem i prowadziła restaurację. Jej pierwsza książka „Ru" została przetłumaczona na 15 języków. W Polsce wydało ją Drzewo Babel.*

MAKIJAŻ I FRYZURY: MAGDALENA GONTARCZUK.



DZIEŃ po DNIU

W tym roku na nasz konkurs przybyło 240 prac. Jak zwykle w zdecydowanej większości pisały do nas kobiety. Jednak w tej edycji konkursu aż 14 dzienników nadesłali nasi czytelnicy – panowie.

NIESTETY, NIE MOŻEMY NAGRODZIĆ I WYRÓŻNIĆ WSZYSTKICH PRAC, KTÓRE NA TO ZASŁUGUJĄ.

Ocenialiśmy nie tylko umiejętności literackie, ale też siłę opowieści, którą tworzy życie. Dziękujemy wszystkim za zaufanie i zapraszamy do konkursu w przyszłym roku.

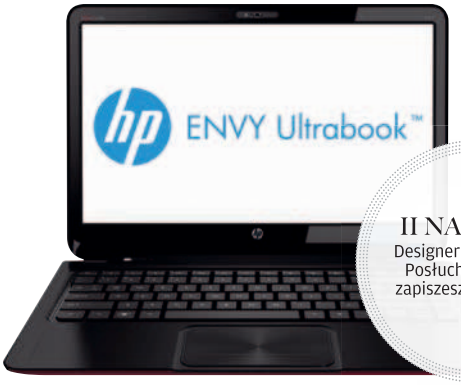
Tomasz Jastrun, Katarzyna Olkowicz, Zofia Fabjanowska-Micyk

I NAGRODA
Kinga Kriger

II NAGRODA
Marta Banaszek

III NAGRODA
Dorota Lipnicka

I NAGRODA
Tygodniowa wycieczka dla dwóch osób na Majorkę, ufundowana przez biuro podróży NECKERMANN POLSKA. Neckermann to udany urlop!



II NAGRODA
Designerski laptop HP. Posłuchasz muzyki, zapiszesz swoje myśli.

III NAGRODA
Wieczne pióro Tribute to THE MONT BLANC Mozart z białej laki. Stalówka i ozdoby z 18-karatowego różowego złota.

5 WYRÓŻNIEŃ
Woda toaletowa GIVENCHY Dahlia Noir.

WYRÓŻNIENIA OTRZYMUJĄ:

Judyta Bolek, „Jane A.", Elżbieta Przybył, Adrian Rawło, Magdalena Skiba.

PRZEPUSTKI LITERACKIE przyznane przez jury na zachętę do dalszego pisania poza wymienionymi wyżej otrzymują:
„B.D.", Paulina Brygier, Natalia Kobylińska, „Koniczyna", „Louloute", Ptyś, Siske, Zofia Szymańska, Olga Talkowska.

ZDJĘCIA: FOTOCHANNELS, MATERIAŁY PRASOWE, ILUSTRACJA: MARIANNA SZTYMA.

ATEISTA WYCHODZI Z SZAFY

KIEDY SŁYSZĘ: „ALE JA NIE WIERZĘ, OJCZE, JESTEM ATEISTĄ', ODPOWIADAM: „CZYNISZ DOBRO I TO NAS ŁĄCZY" – POWIEDZIAŁ PAPIEŻ FRANCISZEK. ***Polscy ateiści twierdzą:*** WSZYSCY RODZIMY SIĘ ATEISTAMI, W PEWNYM MOMENCIE WIĘKSZOŚĆ PODLEGA INDOKTRYNACJI. KIM SĄ CI, KTÓRZY NIE WIERZĄ, ŻE BÓG JEST?

Tekst AGNIESZKA LESIAK ILUSTRACJE JAN KALLWEJT

Według badań Instytutu Gallupa w 2012 r. w Polsce mieszkało blisko dwa miliony ateistów. Zarazem GUS potwierdza, że niezmiennie od lat 95 proc. naszego społeczeństwa to katolicy. Z kolei kościelny Instytutu Statystyki Kościoła Katolickiego policzył, że w 2012 r. wierzącymi było 60,8 proc. społeczeństwa. Skąd te rozbieżności? GUS liczy ochrzczonych w dzieciństwie, a Polacy nadal w większości chrzczą dzieci. Nawet akt apostazji (szacunkowo dokonało go ok. stu tysięcy osób) nie ma jak dotąd znaczenia. Osoba raz ochrzczona w statystyce katolikiem będzie zawsze.

Polscy ateiści chcą, by wyznawana religia była u nas – podobnie jak na zlaicyzowanym zachodzie Europy – sprawą prywatną. Dziś prywatny jest ateizm. Właśnie dlatego próbują się ujawnić, policzyć, zaistnieć w świadomości społecznej, jak zrobiły to środowiska LGBT. Po co? „Gdy was odkryłem, to nareszcie mam poczucie, że nie jestem sam na świecie" – w odpowiedzi cytują fragment listu do portalu „Racjonalista". Albo mówią: „Robiliśmy sobie grupowe zdjęcie pod billboardem ateistycznym przy Sejmie i przyłączył się młody człowiek. Przyjechał specjalnie z Suwałk, by zobaczyć innych ateistów".

Zdaniem działaczy organizacji ateistycznych Polacy, którzy nie wierzą, wciąż boją się prawdziwej lub wyimaginowanej presji społecznej. Dlatego zdarza się, że ateiści chrzczą dzieci. W 2010 roku urodziło się w Polsce 413 tysięcy dzieci – w tym samym roku w polskim Kościele katolickim udzielono ponad 392 tysięcy chrztów. Potem podobnie dzieje się z religią w przedszkolu i szkole, pierwszą komunią itp. – Jeśli my, ateiści, się ujawnimy, policzymy, to zaraz policzą nas politycy i wtedy zaczną traktować poważniej zapisaną w konstytucji świeckość państwa – twierdzą ateiści. Jeden opowiada: „Znam małżeństwo nauczycieli z górskiej wioski. Boją się przyznać, że nie wierzą. Sądzą, że dla nauczyciela w miejscowości z jedną szkołą, w czasach niżu demograficznego, przyznanie się do ateizmu może oznaczać śmierć cywilną. Do nas, znajomych z Warszawy, się wyżalili. Paradoksem jest, że w tej miejscowości sporo ludzi nie wierzy! Rozmawiam z tymi nauczycielami: „Moglibyście pogadać o tym z Waldkiem". „Niemożliwe! On?", a mieszkają obok siebie. I spotykają się na mszach... ➤

HOBBY „NIEZBIERANIA ZNACZKÓW"

Definicję ateizmu daje Andrzej Koraszewski, wicenaczelny portalu „Racjonalista", wieloletni wiceszef polskiej sekcji BBC w Londynie. Na emeryturze już od 14 lat, mieszka z żoną w domu na skarpie wiślanej w Dobrzyniu pod Włocławkiem. – Mój ateizm tu, w tym maleńkim miasteczku, kwitują: „Każdy w coś wierzy". A o ateizmie można powiedzieć, że jest „kolejnym wyznaniem", w takim samym stopniu jak o kimś, że ma hobby „niezbierania znaczków". Bo ateizm to światopogląd, z którego nie wynika postawa polityczna ani filozoficzna. Ateizm jest tylko negacją Boga. – Nie mogę udowodnić, że Boga nie ma, ale ja nie potrzebuję tego robić, ta hipoteza o Bogu nie jest mi w życiu potrzebna – mówi Koraszewski.

Malarka, ilustratorka i działaczka Partii Zieloni 2004 Ela Hołoweńko z Warszawy dodaje, że to, co głosi religia, Kościół jest nie do pogodzenia z odkryciami nauki. Zawsze ją zdumiewa, jak wybitni, wielcy naukowcy godzą wiarę z nauką. Ona nie potrafi.

NIEWIERZĄCY Z RELIGIJNYCH DOMÓW

Wyrastali w domach katolickich. Koraszewskiego wychowywała babcia Waleria, która „była gorliwą katoliczką, ale duszę miała protestancką". Na jej sklepie z samodziałami, czapkami, guzikami widniał napis: „Żebrakom wstęp wzbroniony, płacę na Caritas". Ojciec Andrzeja był sceptykiem, matka – wierzącą, ale wiarą pogodną, bez cienia fanatyzmu.

– Koło 13. roku życia wstrząsnęła mną powieść „Walka o ogień". Pomyślałem: „To się z religią kupy nie trzyma". Zacząłem sprawdzać, czytać i zrozumiałem, że te religijne mity stoją na glinianych nogach.

Paradoksalnie w czasach stalinowskich nie było mu łatwo przestać wierzyć. – Komunizm był ateistyczny, a wyrastałem w antykomunistycznym domu, ojciec był przedwojennym oficerem artylerii, wykładowcą matematyki w podchorążówce, oficerem AK. Gdy aresztowano księdza, do którego chodziłem na religię i który powtarzał, że „chrześcijaństwo kończy się na Bugu", ojciec utrzymujący się z odgarniania śniegu i podnoszenia oczek w pończochach powiedział mi: „Co prawda aresztowano idiotę, ale aresztowali bandyci".

Marka Łukaszewicza z Warszawy, działacza Polskiego Stowarzyszenia Racjonalistów, ochrzczono z siostrą bliźniaczką, gdy mieli po pięć lat. Chrzest się opóźniał przez wujka z Ameryki. Miał przyjechać z dolarami, niestety, bał się postawić nogę w komunistycznej Polsce, bo walczył w AK. – W czasie chrztu ksiądz spytał, czy przyjmuję Ducha Świętego, odpowiedziałem, że nie – wspomina Marek. Jak mówi, wybuchła chryja, ale ksiądz machnął ręką i go ochrzcił. Potem wysłano go jako siedmiolatka na lekcje religii, z których szybko wyleciał. Do komunii nie przystąpił.

W rodzinie Marka babcia i mama były katoliczkami, a ojciec – sceptykiem, profesorem matematyki, członkiem Polskiej Akademii Nauk. Marek zaznacza, że jego ojciec, ateista, też był w AK i nigdy nie należał do partii. Nauczył go pytać: „A gdzie jest dowód?".

25-letni Norbert Gruszczyński, sekretarz regionalny Unii Lewicy we Wrocławiu, dorastał w małych podwrocławskich Bielanach. Jako 15-latek wiedział już, że nie wierzy. Niedzielne msze kojarzyły mu się z obowiązkiem odświętnego ubierania się i odsiedzenia nudnej godziny.

– Gdy próbowałem się buntować, że nie pójdę, mama groziła karami: nie zabierze mnie na lody, nie będę mógł wyjść na podwórko do kolegów.

Najtrudniej mu było, gdy przestał już ukrywać lewicowe poglądy i biseksualną orientację, a jednocześnie mama chciała na nim wymóc, by nadal pojawiał się na nabożeństwach.

– Ja naprawdę bałem się, że ktoś w tym naszym kościele w Bielanach podstawi mi nogę, żebym się przewrócił. Bałem się upokorzenia.

Norbert jest teraz na studiach podyplomowych – do skończonej politologii chce dodać zarządzanie i marketing. Wciąż mieszka w rodzinnym domu.

– Wujek ze strony matki jest proboszczem, chrzestny to organista, matka – katechetka, a ja – ateista – wylicza. I mówi, że jego mama, fundamentalistka religijna, nie może zaakceptować tego, że dziewczyna Norberta właśnie się rozwodzi, choć sama przeszła kościelną procedurę unieważnienia sakramentu małżeństwa.

Katolickie wychowanie odebrała też 64-letnia Ela Hołoweńko. Ojciec Eli był niewierzący, wierzyły obie babcie, a jedna dbała o jej religijną edukację.

– Mówiła o Bogu przekonująco i pilnowała „paciorków". Było niemożliwe, abym jej nie uwierzyła, że Bóg jest – mówi Ela. Ma wspomnienia analogiczne do wspomnień o wiele młodszego Norberta: – Kościoła jako miejsca nie lubiłam. Potwornie się tam nudziłam, nie rozumiałam, co się dzieje, bo wtedy msze były po łacinie. – Czułam tylko strach – wspomina tamto straszenie piekłem. – Jak będziesz niegrzeczna, to pójdziesz do piekła. Dziś nazywa je twardo przemocą psychiczną ze strony Kościoła.

Ela uważa, że indoktrynowanie od pieluszek gdzieś w nas zostaje. – Wiele razy już jako osoba świadomie niewierząca miałam schizofreniczne wahania: „A może jednak COŚ jest... Skoro taki ogrom ludzi wierzy...".

Ela twierdzi, że do końca nie wyzbyła się poczucia winy wpojonego jej w dzieciństwie. Gdy w życiu spotyka ją

coś złego, łapie się na myśli: „A może to Bóg mnie karze?". Oczywiście, chwilę później zaczyna się śmiać, bo przecież ci, co wierzą, też miewają trudne doświadczenia. – To nieprawdopodobnie silne, to się dostaje od początku życia, trudno się od tego uwolnić i czasami rozsądnie, racjonalnie myśleć – ocenia. Straszenie piekłem, diabłami, karami bożymi jest w głowach katolików mocno obecne. Pod internetowymi wpisami ateistów, którzy zdecydowali się nie chrzcić dzieci, można znaleźć wiele wpisów oburzonych katolików: „Dziecko ci będzie chorować, żona ci umrze, nie kozakuj", itp.

BEZ BOGA, ALE Z WARTOŚCIAMI

Gdy lubelska Fundacja „Wolność od Religii" zainicjowała kampanie billboardowe polskich ateistów, Marek Łukaszewicz miał pomysł na plakaty z obrazem Caravaggia „Ofiarowanie Izaaka" i napisem „Etyka albo religia – wybór należy do ciebie".

– Dla mnie ludzie mogą wierzyć, w co chcą, byle nie narzucali tego i nie krzywdzili innych – zaznacza. – Ludzie mają prawo być nieracjonalni, wierzyć w to, co nie ma sensu. My, racjonaliści, chcemy promować wiedzę i naukę, a że uważamy, że religia promuje głupotę... I tu Marek cytuje Richarda Dawkinsa, autora słynnej książki „Bóg urojony": katolik nie wierzy w kilkadziesiąt tysięcy różnych bogów, których stworzyły kulty na całym świecie, ja nie wierzę w jednego Boga więcej, prawie nie ma między nami różnicy. Dla niego jako racjonalisty najbardziej pozytywnym przykładem z katolickiej mitologii jest św. Tomasz, który zażądał dowodu.

O sobie Marek mówi: – Nie kradnę, bo boję się więzienia, i nie chcę przysparzać dyskomfortu drugiemu człowiekowi. Gdy ktoś inny – człowiek czy zwierzę – cierpi, jest mi nieprzyjemnie. I dlatego nie zadaję cierpienia. Włos mi się na głowie jeży, gdy słyszę wypowiedzi, że gdyby nie religia, to byśmy wszyscy kradli i gwałcili na ulicach. Czy zatem, jeśli katolik nagle straci wiarę, to mnie natychmiast zgwałci?

Ateiści nie zgadzają się, że religia jest fundamentem ładu społecznego. Przypominają, że ateistycznej Szwecji, jeżeli chodzi o ład społeczny, możemy tylko pozazdrościć. Że Europa, która odchodzi od wiary, jest jednak najporządniejszym miejscem na świecie.

– Według Kościoła ateiści to ludzie bez wartości, bez uczuć – mówi Norbert Gruszczyński. – Nie lubię cierpienia, ale nie chcę przed cierpieniem uciekać. Chcę żyć na spokojnie, lekko. Nie neguję problemów, ale nie chcę się zamartwiać, np. wizjami przyszłości. Mam w życiu cele, mam hierarchię wartości, potrafię kochać. Chcę żyć każdym dniem. Zajmuje mnie to, co przyziemne: szczęście, miłość, rodzina, praca. Kościół kojarzę z zakazami i nakazami oraz fundamentalizmem, „religią smoleńską" i usłyszaną z ust księdza opinią, że „bita kobieta ma trwać przy mężu"– wylicza.

Dla Eli Hołoweńko duchowość jest bardzo ważna, znajduje ją w sztuce, w przyrodzie, w samej sobie. Zaskoczyło ją, gdy usłyszała ostatnio: „Wiesz, te twoje prace są takie mistyczne. Tak afirmują życie".

TY BEŁKOCZESZ, MÓWISZ BZDURY!

Starsi ateiści ciepło wspominają, że w PRL-u religia była sprawą prywatną. W ich inteligenckim środowisku jedni chodzili do kościoła, inni nie. Dla Marka do czasu ślubu z katoliczką tematu religii nie było. – Zapomniałem, że coś takiego jak religia istnieje.

Andrzej Koraszewski w wieku 14 lat dostał w nos za ateizm. – Gdy powiedziałem kolegom, że nie wierzę w Boga, reakcja była natychmiastowa ➤

Młodzi się laicyzują

W ciągu ostatnich 20 lat z **20** *do* **40%** *wzrósł odsetek osób w wieku* **18–24 lat,** *które w kościele bywają tylko kilka razy w roku. Działania kontrofensywne są bardzo widoczne. W* **83%** *szkół publicznych krzyże wiszą dziś we wszystkich klasach szkolnych, w* **45%** *w pokojach nauczycielskich, w* **12%** *na korytarzach i stołówkach, w* **7%** *na salach gimnastycznych.*

– uderzenie pięścią. Już nigdy więcej żadne represje mnie nie spotkały. W czasach liceum i potem na studiach spieraliśmy się o politykę, o literaturę, nie o wiarę.

To po ’89 r. okazało się, że z tymi, którzy nie wierzą, coś jest nie tak.

– Od zawsze mam wierzących przyjaciół, znamy się niemal całe życie, a dopiero ostatnio zaczęły się między nami konflikty. Bliscy mi ludzie, gdy zaczynaliśmy rozmawiać o Bogu i o Kościele, oburzali się: „Ty bełkoczesz, mówisz bzdury, kim jesteś, by TO podważać” – wspomina Ela.

Polskim ateistom marzy się katolicyzm otwarty, wyznawany w społeczeństwie obywatelskim. Tymczasem polska religijność jest zaściankowa, bardzo ludowa. U nas otwarty katolicyzm nigdy nie dotarł w głąb społeczeństwa. Liznęła go elita polskiej inteligencji – i to daleko niecała! Norbertowi Gruszczyńskiemu bardzo imponuje Aleksander Kwaśniewski, który przyznał się, że jest ateistą. I zarazem zaakceptował wybór swojego dziecka co do katolickiego ślubu. – To nowoczesna tolerancja. Nie zgadzam się tu z Jerzym Urbanem, który wyśmiał Kwaśniewskiego – twierdzi Norbert.

Ateiści uważają, że wraz z wyborem Karola Wojtyły na tron papieski zmieniła się w Polsce mentalność społeczna. Że wybór Jana Pawła II był takim dowartościowaniem polskiego społeczeństwa, że oprócz tego, że byliśmy przedmurzem, to jeszcze staliśmy się podtroniem.

MARZENIA O WIECZNYCH ŁOWACH

Norbert nie boi się tego, co jest po drugiej stronie życia, bo uważa, że tam jest nicość. Andrzej Koraszewski jest tej nicości pewien: – Moja żona, ateistka, była w stanie śmierci klinicznej – nic po drugiej stronie nie widziała, żadnych świateł, tuneli. Gdy ją wybudzono, zapytała natomiast, czy zjadłem obiad.

Ela często myśli o śmierci. – Oczywiście, że się boję. Mam te 65 lat. Dookoła odchodzą znajomi. Ale boję się raczej tego, jak to wszystko tu zostawię – niedokończone sprawy, rodzinę, ogrom niezrealizowanych projektów. Myślę o śmierci tak: skoro nie wiem, co ze mną było przed urodzeniem, to byłam w niebycie i znowu znajdę się w niebycie. Moja energia przejdzie... może w roślinki, zwierzątka, które mnie zjedzą. Z irracjonalnego strachu przed „zamieszkaniem” pod ziemią wolałabym być spalona.

Andrzej Koraszewski tłumaczy, że religia u ateistów zostaje w języku:

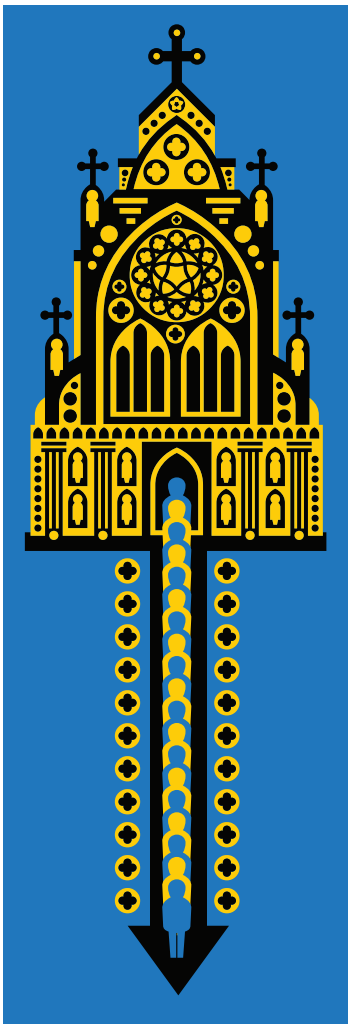
– Gdy wypadła szyba z okna i rozbiła się o pół kroku przede mną, mruknąłem: „Matka Boska miała mnie w opiece”. Ten nawyk językowy, oczywiście, siedzi we mnie, ale nie ma nic wspólnego z potrzebą wiary czy myślą o śmierci. Ani z nadzieją, że coś jest po śmierci.

– Jako ateista do śmierci podchodzę ze stoicyzmem, wręcz z pogodą ducha. Jesteśmy tutaj przez pewien czas, można ten czas wypełnić, nadając życiu sens, ale marzenia o wiecznych łowach – to, przepraszam, dziecinada – uśmiecha się Koraszewski.

DOBRZE WYMYŚLONA INDOKTRYNACJA

Ateistów najbardziej oburza, że coraz młodsze dzieci są w Polsce poddawane kontaktowi z religią, nawet jeśli rodzice próbują je przed tym chronić. Przywołują lekcje religii w przedszkolach, gdy dzieci niewierzących mogą albo słuchać o Jezusku, albo być wyprowadzane na korytarz niczym do kąta. A matki katoliczki pytają wtedy matki niewierzące: „Jak pani może robić to dziecku?!”.

Jeden z czytelników przysłał następujący list do „Gazety Wyborczej”: „Jestem ojcem dwuletniego syna.



Polska mniej katolicka

Instytut Statystyki Kościoła Katolickiego oblicza, że w ciągu ***12 lat*** *w Polsce o* ***26%*** *spadła liczba wierzących. Jako głęboko wierzący zadeklarowało się kościelnym ankieterom* ***20%*** *tych, którzy w ogóle wierzą. W różnych diecezjach regularnie na mszę św. uczęszcza od* ***20*** *do maksymalnie* ***40%*** *członków danej parafii. A do komunii przystępuje ok.* ***16%*** *tych, którzy chodzą na mszę.*

Wczoraj byliśmy w ośrodku pediatrycznym na dodatkowym szczepieniu i na konsultacji rozwoju dziecka. Rozmawiano z moim dwulatkiem, co lubi jeść. Padło pytanie: A co z chlebkiem?, na które synek odpowiedział, że nie lubi jeszcze chleba i że ma czas, żeby polubić, że ma dopiero skończone dwa lata. Konsultantka na to do syna, że nie jedząc chleba, wywołuje gniew Pana Jezusa, że Pan Jezus chlebem zbawiał świat. Mój syn wcześniej nie słyszał nigdy o grzechu ani o Jezusie..." – kończy oburzony czytelnik.

Ateiści w odwecie też mogą indoktrynować. Koraszewski w dobrzyńskim gimnazjum dziesięć lat prowadził kółko dziennikarskie. – Nigdy nikogo do ateizmu nie namawiałem, ale i własnego ateizmu nie ukrywałem. Gdy popadłem w konflikt z poprzednim burmistrzem, on próbował wykorzystać argument, że ateista ma kontakt z dziećmi. Dyrektorka gimnazjum i komitet rodzicielski odpowiedzieli burmistrzowi, że im to nie przeszkadza. Dziś część wychowanków Koraszewskiego jest poza Kościołem. – Nie mogę wykluczyć, że byłem pierwszą osobą, która pokazała im, że są różne światopoglądy. Ale nie chcę sobie tego przypisywać, bo w pokoleniu 20-latków fala odchodzenia od Kościoła jest naprawdę silna. No i jeden z moich wychowanków został księdzem!

W Dobrzyniu w roku 2013 nadal nie ma jeszcze gimnazjalistów, którzy rezygnują z lekcji religii. – U nas może są młodzi, którzy by się na to zdecydowali, ale nie chcą być pierwsi – komentuje Koraszewski. Procesu laicyzacji najmłodszego pokolenia nie da się jednak łatwo powstrzymać. W ciągu ostatnich 20 lat z 20 do 40 proc. wzrósł odsetek osób w wieku 18–24 lat, które w kościele bywają tylko kilka razy w roku. – Niepokojące jest zmniejszanie się udziału najmłodszych roczników badanych w praktykach religijnych, co może być zapowiedzią długotrwałego spadku religijności w całym społeczeństwie – oceniał ks. prof. Janusz Mariański z Instytutu Statystyki Kościoła Katolickiego.

Działania kontrofensywne są bardzo widoczne – w 83 proc. szkół publicznych krzyże wiszą dziś we wszystkich klasach szkolnych, w 45 proc. – w pokojach nauczycielskich, w 12 proc. – na korytarzach i w stołówkach, w 7 proc. – na salach gimnastycznych!

– Mnie jako ateistę obraża, że w instytucji pożytku publicznego widzę krzyż na ścianie. Ta symbolika nie należy do mnie i czuję, że nie jestem tu mile widziany – mówi twardo Norbert Gruszczyński. – Uważam też, że do parlamentu nie powinno się zapraszać głów Kościołów. Nie powinno tam być kaplicy sejmowej. Ateiści podkreślają: szkoła publiczna – oczywiście świecka, wolna od symboli religijnych. Lekcje religii w szkole publicznej – tak, ale po południu i za pieniądze danego związku wyznaniowego.

Znacznie bardziej tolerancyjni są w stosunku do konkretnych katolików.

– Mam od dziewięciu lat przyjaciółkę katoliczkę. Wspieramy się, rozmawiamy, mimo że się różnimy – wyznaje Norbert.

– Na emigracji przez 30 lat jednym z moich najbliższych przyjaciół był Antoni Pospieszalski, mieszkający w Londynie pisarz katolicki, były korespondent BBC na Soborze Watykańskim II, stryj znanego w Polsce klanu Pospieszalskich – wylicza Andrzej Koraszewski. W jego wspomnieniach Pospieszalski zachował się jak niebywale otwarty katolik. Umieli godzinami się kłócić i zawsze umieli się dogadać. – Pamiętam, jak opowiadał ze wstydem, że gdy trafił do Anglii, nie wchodził do kościołów protestanckich, bo „tam diabeł mieszka". – Co ze mnie zrobiono – zastanawiał się. ●

KOŚCIÓŁ O APOSTATACH

Kościół nie chce podać, ile osób dokonuje aktu apostazji.

●

*– **APOSTAZJA** nie jest przedmiotem do publicznej dyskusji z punktu widzenia Kościoła – powiedział ks. Maciej Kwiecień, dyrektor Archiwum Archidiecezjalnego w Gdańsku. Ze strony informacyjnej dla osób rozważających apostazję www.apostazja.pl ściągnięto dotąd **200 tys.** formularzy wniosku o wystąpienie z Kościoła. Co ciekawe, według duchownych sakramentu chrztu nie da się wymazać, Kościół traktuje apostatów jako ekskomunikowanych, ale nie wykreśla ich ze swoich rejestrów, a jedynie przy nazwisku umieszcza adnotację, że dana osoba jest apostatą. Kanonista Piotr Steczkowski z Papieskiej Akademii Teologicznej w Krakowie opublikował w wydawnictwie Annales Canonici (2/2006) artykuł o wystąpieniu z Kościoła aktem formalnym. Stwierdza w nim, że sformułowanie „wystąpienie z Kościoła katolickiego aktem formalnym" nie może oznaczać nic innego jak tylko specyficzną formę zerwania przez wiernego **PEŁNEJ** wspólnoty z Kościołem katolickim. Nie jest bowiem możliwe wyłączenie z Kościoła w sensie obiektywnym ze względu na nieodwracalne ontologiczne skutki sakramentu chrztu. Ksiądz Steczkowski pisze też, że nawet po wystąpieniu z Kościoła aktem formalnym osoba taka nadal podlega prawu kanonicznemu, gdyż jest związana z Kościołem w sposób **NIEPEŁNY**. Według ateistów prowadzących stronę internetową www.swiadomychrzest.pl stawia to pod znakiem zapytania częstą wśród rodziców postawę: „Teraz ochrzcimy, a potem dziecko samo zdecyduje".*

Agnieszka, współzałożycielka chrześcijańskiej grupy LGBTQ „Wiara i Tęcza". Pozostali bohaterowie reportażu woleli nie pokazywać swoich twarzy.

ksiądz NIE PRZYCHODZI W TĘCZOWYM ORNACIE

SĄ GEJAMI, LESBIJKAMI I CHODZĄ DO KOŚCIOŁA.
Ale muszą się ukrywać jak pierwsi chrześcijanie w katakumbach.

Tekst STANISŁAW ZASADA Zdjęcia RAFAŁ MASŁOW

Z tego, że sypia z partnerką, Paulina nie spowiada się. – Nie uważam tego za grzech – mówi. Alex wyznał raz w konfesjonale, że mieszka z drugim mężczyzną. Nie dostał rozgrzeszenia. Teraz dostaje – od jakiegoś czasu jest singlem.

SPOTKANIE

– W imię Ojca i Syna, i Ducha Świętego – rozpoczął Michał. Wszyscy robią znak krzyża. W deszczowy wieczór siedzę z lesbijką i gejami w warszawskiej Lambdzie (mówią, że gdyby nie deszcz, przyszłoby więcej osób). Są z Wiary i Tęczy – tak nazywa się grupa chrześcijan LGBTQ (skrót od pierwszych liter słów oznaczających lesbijki, gejów, biseksualistów i osoby transpłciowe).

Agnieszka, współzałożycielka grupy: – Uważamy, że naszą orientację seksualną da się pogodzić z wiarą. I jako osoby homoseksualne chcemy brać udział w życiu Kościoła. Spotykają się co dwa tygodnie. Rozmawiają o religii, życiu, modlą się, czytają Biblię. Po co?

Agnieszka: – Żeby dzielić się swoją wiarą i wzajemnie wspierać.

Michał: – Żeby usłyszeć, co Pismo Święte mówi do nas i czego Bóg od nas oczekuje.

Na dzisiaj wybrali fragment z Ewangelii św. Marka. Michał uprzedza, że tekst jest drastyczny. „Jeśli twoja ręka doprowadza cię do złego, odetnij ją. Lepiej ci przecież wejść do życia bez ręki, aniżeli z dwiema rękami pójść do piekła, w ogień, który nie gaśnie” – czyta na głos. Przez półtorej godziny Agnieszka, Michał, Łukasz i Max dyskutują o kilku usłyszanych zdaniach. Max (założył koszulkę z napisem: „WiTaj, podziel się swoją wiarą”): – To wezwanie do chrześcijańskiego radykalizmu.

Michał: – Mnie się podoba ten radykalizm, bo dzisiaj żyjemy półcieniami: „a zobaczę”, „a spróbuję”. Wybieramy opcje półprzejściowe.

Łukasz: – Tu chodzi o to, żeby być bezkompromisowym wobec własnego egoizmu. Jeżeli coś mam odciąć, to swój egoizm.

Agnieszka: – Żeby nie przywiązywać się do rzeczy drobnych, które potem szkodzą jak lawina.

Łukasz: – A może to przestroga przed kultem młodości? Gejów też to dotyczy. Najpierw jest zabawa, sielanka, a jak siły opadają, to zaczynają się depresje. A przecież swoją tożsamość można zachować, nie trzymając się kurczowo młodości.

Kończą modlitwą. Każdy może wypowiedzieć swoją prośbę.

Łukasz: – Żeby inne osoby usłyszały, że jesteśmy, i przyszły do nas.

Michał: – Żeby nasi bliscy nas rozumieli.

Paulina: – Że jestem inna, zauważyłam w okresie dojrzewania. Koleżanki zachwycały się aktorami, mnie pociągały aktorki. Jak w kinach szedł „Titanic”, ➤

wszystkie były wpatrzone w Leonarda DiCaprio, a mnie podobała się Kate Winslet. Pierwszy raz zakochałam się, jak miałam 15 lat – w starszej o pięć lat studentce. Nie miałam u niej szans – była hetero. Napisałam SMS-a, że czuję do niej coś więcej. Już się nie odezwała. W liceum powiedziałam najlepszej koleżance z klasy, że ją kocham. Okazało się, że też jest hetero. Ale nie obraziła się. Do dziś mamy dobre relacje. Doszłam do wniosku, że w mojej małej miejscowości nikogo takiego jak ja nie znajdę. Zaczęłam szukać na czatach i portalach lesbijskich. Udało się: ja szykowałam się do matury, ona już studiowała. Gdy dostałam się na studia, zamieszkałyśmy razem. Mam 23 lata i jestem w trzecim związku.

Alex: – Miałem chyba 14 lat, jak zaczęło do mnie docierać, że różnię się od reszty chłopaków. Lubiłem patrzeć na kolegów, jak się rozbierają na wuef, niektórzy mi się podobali. Żeby udowodnić sobie, że to nieprawda, że ze mną jest coś nie tak – zacząłem szukać na siłę dziewczyny. Ale chodzenie z dziewczyną na spacer i do kina niczego nie zmieniło. Tłumaczyłem sobie, że jak trzymam ją za rękę, to coś powinno się ze mną dziać, a ja niczego nie czułem. Mam 40 lat i w czasach mojej wczesnej młodości nie było Internetu z portalami dla homoseksualistów. Szukałem wiadomości w książkach, ale było tego niewiele. Czułem się z tą swoją innością jak zaszczuty. W drugiej klasie ogólniaka poznałem starszego od siebie mężczyznę. Po kilku listach zaprosił mnie do siebie. Zakochałem się na zabój, to był prawdziwy spontan. Rzuciłem szkołę i byliśmy ze sobą pół roku. Rozstaliśmy się burzliwie. Dokończyłem szkołę i poszedłem na studia. Przez ten czas miałem tylko platoniczne miłości. Spróbowałem znowu z dziewczyną, ale nie wyszło. Po studiach byłem w trzech związkach z mężczyznami. Ostatni trwał cztery lata. Kiedy mój ostatni partner mnie okradł, powiedziałem sobie: „nie". Jestem teraz singlem z wyboru. Czuję się szczęśliwy. Chociaż jak widzę ludzi, którzy są razem, żal mi, że nikogo nie mam.

KATECHIZM

Katechizm Kościoła katolickiego, punkt 2358: „Pewna liczba mężczyzn i kobiet przejawia głęboko osadzone skłonności homoseksualne. Osoby takie nie wybierają swej kondycji homoseksualnej; dla większości z nich stanowi ona trudne doświadczenie. Powinno się traktować je z szacunkiem, współczuciem i delikatnością. Powinno się unikać wobec nich jakichkolwiek oznak niesłusznej dyskryminacji".

W punkcie następnym: „Osoby homoseksualne są wezwane do czystości".

Księża: – Muszą żyć jak brat i siostra, bez seksu.

MIŁOŚĆ

– Niby Kościół mnie nie potępia, ale potępia moją miłość – Agnieszka się żali. – To schizofrenia.

Paulina: – Niektórzy myślą, że to związki hedonistyczne, że chodzi tylko o seks i przyjemność. Nie biorą pod uwagę naszych uczuć.

Nie chcą wyrzekać się fizycznej miłości.

– Nie można człowieka rozczłonkować na pół. Przecież seksualność jest częścią mnie – wybucha Agnieszka.

Mieszka z partnerką, uprawiają seks.

– Gdybym ją zdradziła, to byłby grzech. Ale jeżeli się kochamy i chcemy być ze sobą, w niczym nie grzeszymy.

– Kościół uważa co innego – wtrącam.

– Ale Biblia nas nie potępia.

– Święty Paweł owszem. (W Liście do Koryntian ostrzegł, że „mężczyźni współżyjący ze sobą nie odziedziczą Królestwa Bożego").

– On pisał też, że kobiety mają milczeć, a dziś mają pełne prawa. Świat się zmienia – mówi Agnieszka. Wierzy, że na nich Kościół też spojrzy kiedyś przychylnie.

GROŹBA

17 maja. Cały świat obchodzi Międzynarodowy Dzień przeciwko Homofobii i Transfobii. Data nie jest przypadkowa – 17 maja 1990 roku homoseksualizm został wykreślony z listy chorób Światowej Organizacji Zdrowia. Ludzie z Wiary i Tęczy modlą się tego dnia za prześladowanych z powodu swojej odmienności. „Jezu, napełnij odwagą i miłością lesbijki, gejów, ludzi biseksualnych i transpłciowych, którzy dlatego, że żyją i kochają, są prześladowani, upokarzani i zabijani" – piszą na plakatach.

Modlitwy zaplanowali w sześciu miastach – WiT-owcy mają iść do wyznaczonych kościołów na odprawiane tam zwykłe nabożeństwa i modlić się za dyskryminowanych. Wykaz kościołów publikują w Internecie.

Narodowokatolicki portal alarmuje: w Poznaniu „pederaści chcą zbezcześcić świątynię". Ludzie z WiT-u przychodzą na mszę, ale nie ujawniają, kim są. W Krakowie muszą zrezygnować ze wspólnego przejścia do sanktuarium w Łagiewnikach. Prawicowa bojówka zagroziła, że ich zaatakuje.

ANKIETA

Z portalu grupy Wiara i Tęcza: „Jeżeli oglądasz naszą stronę, a jesteś księdzem któregoś z Kościołów chrześcijańskich, prosimy o przeczytanie poniższej ankiety.

Jeśli zgłosi się do ciebie w celu spowiedzi lub rozmowy osoba homoseksualna, która żyje (lub pragnie żyć) w wiernym związku z drugą osobą tej samej płci, powiesz jej:

1. Każde zachowanie seksualne pomiędzy osobami tej samej płci jest grzechem, nawet w wiernym i kochającym związku.

2. Co prawda uważasz, jak w punkcie 1, ale istnieje zjawisko dojrzewania do pewnych trudnych postaw. Seks w wiernym związku jednopłciowym może być tolerowany jako etap przejściowy

w dążeniu do ustalonego przez Kościół celu – wspólnego życia bez seksu. Czas dojrzewania jest trudny do określenia, u niektórych trwa całe życie.

3. Seks w wiernym związku jednopłciowym nie jest niczym złym, podlega takim samym zastrzeżeniom jak w małżeństwie heteroseksualnym – powinien pozostawać w równowadze z innymi sferami życia i uwzględniać dobro drugiej osoby.

4. Mam poglądy jak w punkcie 2 lub 3, ale nie mogę ich wypowiedzieć publicznie, gdyż złożyłem ślub posłuszeństwa swojemu Kościołowi.

Jeżeli wybrałeś odpowiedzi 2 lub 3 (łącznie z 4 lub bez) – prosimy, napisz do nas".

Agnieszka: – Mamy przyjaciół wśród księży.

Paulina: – W mojej wsi ksiądz agitował, żeby nie głosować na partie, które popierają związki homoseksualne. Nie mówił: „związki homoseksualne", tylko: „związki rozpustne". A ja nie czuję się rozpustnicą, skoro żyję w stałym związku. Czasami zadawałam sobie pytanie: Czy pójdę do piekła? Tłumaczyłam sobie: Przecież Bóg mnie taką stworzył i chyba nie jest taki okrutny, żeby chciał, abym żyła wbrew sobie. Wierzę, że będę zbawiona.

Alex: – Jako młody chłopak usłyszałem w kościele, że jeżeli dwóch mężczyzn współżyje ze sobą, to się będą smażyć w piekle. Przeraziłem się, bo wiedziałem już, że jestem gejem. Po studiach nabrałem dystansu do religii. Tłumaczyłem sobie, że skoro Bóg mnie nie akceptuje takim, jakim jestem, to ja nie chcę takiego Boga. Miałem myśli samobójcze, bo ciężko jest czuć się odrzuconym. W końcu odczułem, że może jednak opatrzność nade mną czuwa, skoro istnieję. Zacząłem pogłębiać wiarę i studiować duchowość karmelitańską. Poznałem otwartych księży, którzy mówili, że Bóg kocha mnie nie za moje czyny, ale za to, że jestem człowiekiem.

KOŚCIÓŁ

Gdy Agnieszka zakładała Wiarę i Tęczę, chciała, żeby był z nimi ksiądz. Do kilku duchownych napisała mejle albo dzwoniła.

– Tłumaczyli, że to niewykonalne. Że nas rozumieją, ale nie mogą nam pomóc. Niektórzy odsyłali do biskupa albo przełożonych.

Znany zakonnik odpowiedział oschle, że nie akceptuje ich stylu życia. – Było

Gdy Agnieszka zakładała organizację

Wiara i Tęcza, chciała, by był z nimi ksiądz. Duchowni tłumaczyli, że to niewykonalne.

mi przykro, bo oczekiwałam wsparcia, a poczułam się odtrącona.

Napisali list do polskich biskupów: że choć wiara jest dla nich najważniejsza, to nie mogą wbrew sumieniu zrezygnować z miłości do drugiego człowieka – „wraz z przynależną do niej i zgodną z naszą naturą seksualnością". List zanieśli do siedziby episkopatu. Siostra na furcie, jak usłyszała, kim są, powiedziała, że nie weźmie tego do ręki, i uciekła. Wysłali pocztą. Biskupi odpowiedzieli zdawkowo – przypomnieli oficjalne nauczanie Kościoła na temat homoseksualistów.

Niedawno wysłali drugi list. Proszą biskupów, by nie sprzeciwiali się związkom partnerskim dla homoseksualistów, skoro średnio co 30. osoba ma taką orientację: „W imię Boga, który stworzył nas wszystkich, a każdego w wyjątkowy sposób – nie odrzucajcie trzech procent wiernych i nie nakładajcie na nich krzyża, który ma uspokoić Wasze sumienia!".

Paulina: – Czy małżeństwo heteroseksualne, w którym mąż bije żonę, jest lepsze niż związek dwóch kochających się i szanujących lesbijek albo gejów?

KAPŁAN

Ojciec Andrzej, zakonnik, przeczytał kiedyś wywiad z ludźmi z Wiary i Tęczy. Sam poszukał z nimi kontaktu, odprawia dla nich msze, spowiada, głosi rekolekcje. Mówi, że to jego kapłański obowiązek. – Podstawowym zadaniem księdza jest towarzyszyć ludziom w drodze do Pana Boga. A oni chcą tą drogą iść, to zaangażowani chrześcijanie, którzy czują się przez Kościół odepchnięci. Dużo z nimi rozmawia, czasem stawia niewygodne pytania. – To osoby często wewnętrznie bardzo poranione. Jednym trudno zaakceptować swoją orientację, drudzy przeżywają odrzucenie, a jeszcze inni cierpią, bo mają za sobą nieudane związki.

Rozumie zastrzeżenia Kościoła wobec związków homoseksualnych, ale w swojej praktyce duszpasterskiej stara się być roztropny. – Oczywiście, że wszyscy nie mamy prawa grzeszyć, a grzeszymy.

Chciałby, żeby związki między homoseksualistami opierały się tylko na duchowej przyjaźni. Ale wie, że czasem to niemożliwe. – Są ludzie, którzy nie potrafią zostawić swojej seksualności, i na to nie ma rady. ➤

Gdy przed ojcem Andrzejem staje para żyjących ze sobą lesbijek albo gejów, mówi im: – Umiejcie dochować sobie wierności. Uważa, że uczy ich wtedy ludzkiej dojrzałości. – Wierność to sprawdzian z naszego człowieczeństwa. Wolę, żeby pozostali w trwałym związku, niż zmieniali co chwilę partnerów. Wie, że to ostatnie zawsze kończy się tragicznie – zbyt często spotyka poharatanych wewnętrznie ludzi, którzy uciekali w przygodne związki.

Paulina: – Czy przystępuję do komunii? Oczywiście. Przecież chodzę regularnie do spowiedzi i zawsze dostaję rozgrzeszenie. O tym, że współżyję z partnerką, księdzu w konfesjonale nie mówię. Bo nie uważam tego za grzech. Kiedyś przyznałam się przy spowiedzi, że współżyję, ale tak ogólnie. Nie powiedziałam, że jestem lesbijką i śpię z drugą kobietą. Dostałam rozgrzeszenie.

Alex: – Gdy żyłem w związku, do komunii nie przystępowałem, bo byłoby to świętokradztwo. Nie chodziłem do spowiedzi, bo i tak nie dostałbym rozgrzeszenia. Raz się odważyłem powiedzieć, że współżyję z drugim mężczyzną. Jak ksiądz to usłyszał, wstał i wyszedł z konfesjonału, a mnie zostawił klęczącego. To było strasznie upokarzające. Teraz dostaję rozgrzeszenie, bo jako singiel w myśl nauki Kościoła nie grzeszę.

WIARA

– Kiedyś byłam osobą wojującą z Kościołem – przyznaje Agnieszka. – Złościło mnie, że jest zaściankowy i ograniczony. Wychowana w ultrakatolickiej rodzinie zajmowała się magią, astrologią, New Age. Nigdzie nie znalazła odpowiedzi na nurtujące ją pytania. – Kilka lat temu miałam bardzo wierzącą dziewczynę. Dzięki niej zaczęłam zaprzyjaźniać się z Kościołem. Na początku to były takie podchody.

Pierwszy raz wytrzymała na mszy pięć minut. Z czasem została na całej. Ale źle się czuła. – Jakoś obco, bo koło mnie stały małżeństwa albo zakochane pary. Zaczęłam się buntować, że też mam dziewczynę, ale nie możemy iść razem do kościoła jako para.

W Internecie znalazła Barbarę – miała podobne dylematy i pisała o nich na blogu. Nawiązały kontakt. W listopadzie 2010 roku założyły Wiarę i Tęczę. Działają w Krakowie, Poznaniu, Warszawie, Gdańsku, Szczecinie i Katowicach. Umawiają się w prywatnych mieszkaniach, czasem w klubach. Istnieje też zamknięta grupa na Facebooku. Razem prawie 300 osób – w Polsce i za granicą. Chodzą na marsze równości. Ich znak rozpoznawczy: ryba (znak pierwszych chrześcijan) ułożona z kolorowych kulek w barwach tęczy (symbol homoseksualistów). Jeżdżą na rekolekcje tylko dla nich. – Ksiądz rozmawia z nami o problemach, które przeżywa każdy człowiek – mówi Alex.

Jeśli Kościół nas zaakceptuje, to i reszta społeczeństwa nas szybciej zrozumie. Część osób homoseksualnych ze względu na twarde stanowisko Kościoła odchodzi od wiary.

– I wcale nie przychodzi w tęczowym ornacie. Agnieszka: – Część osób homoseksualnych ze względu na twarde stanowisko Kościoła odchodzi od wiary. Inni mówią: „Nie zgadzam się, ale milczę i zostaję". My też się nie zgadzamy, ale mówimy o tym głośno, przekonujemy do zmian i zostajemy w Kościele.

Alex: – Jeśli Kościół nas zaakceptuje, to i reszta społeczeństwa nas szybciej zrozumie.

RÓWNOŚĆ

W Warszawie kolejna Parada Równości. WiT-owcy z całej Polski niosą wielkie białe banery z tęczową rybą. Na jednym: „Homoseksualizm i wiara – to da się pogodzić". Na drugim cytat z Pisma Świętego: „Niech się nie trwoży serce wasze. W mieszkaniu Ojca mego jest mieszkań wiele".

– Chcemy zademonstrować, że w Kościele jest miejsce dla wielu różnych ludzi. Dla nas też – Łukasz objaśnia treść na banerze.

Inni uczestnicy marszu robią im zdjęcia komórkami. – Tak, dla reszty gejów i lesbijek stanowimy egzotykę – przyznaje Agnieszka.

Wierzący homoseksualiści problemy z akceptacją mają nie tylko w Kościele. Większość gejów i lesbijek też ich nie rozumie. Słyszą często: – Dlaczego chodzicie do kościoła, jak Kościół wam tyle złego zrobił? Albo: – Jak Kościół mnie nie chce, to po co tam będę się pchał?

KATAKUMBY

– W naszym mieście ksiądz odprawia msze dla gejów i lesbijek – ujawnili niedawno mediom. Nazwiska księdza nie podali – nie chcieli narażać go na kłopoty. (Nie chodziło o ojca Andrzeja). W kurii odpowiedzieli, że żaden ksiądz o zgodę na msze dla gejów nie prosił.

– A powinien – tłumaczyli. Zrobiła się burza. Ksiądz się wystraszył i przestał do nich przychodzić.

Alex: – Musimy się ukrywać jak pierwsi chrześcijanie w katakumbach.

Chodzą co niedziela do kościoła na parafialne msze. – Wtedy nikt nie pyta, czy ktoś jest gejem czy lesbijką – mówi Alex.

Agnieszka źle się czuje na normalnej mszy. – Mam poczucie, że oszukuję siebie i innych, bo ukrywam swoją homoseksualność. Boli mnie, że nie jestem do końca autentyczna.

Alex jest pewien, że gdyby ludzie w kościele wiedzieli, że jest gejem, w czasie przekazywania znaku pokoju wielu nie podałoby mu ręki. ●

zwierciadło

ZWIERCIADŁO W PRENUMERACIE

Wybierz ofertę najlepszą dla siebie!

15 numerów za 122 zł oraz **PREZENT*!**

12 numerów za 98 zł oraz **PREZENT**!**

20 zestawów Honeymania *THE BODY SHOP.*

15 par kolczyków ze stali szlachetnej marki Elixa *OD FIRMY APART.*

PAKIET MAGAZYNÓW „SENS" I „ZWIERCIADŁO"

na 12 miesięcy w cenie 180 zł lub na 6 miesięcy w cenie 92,50 zł.

„Zwierciadło" – warunki prenumeraty: Cena prenumeraty na 15 miesięcy – 122 zł. Prezent dla pierwszych 20 czytelniczek (*20 pierwszych zaksięgowanych wpłat). Oferta ważna do 25.09.2013 r.
Cena prenumeraty rocznej – 98 zł. Prezent dla pierwszych 15 czytelniczek (**15 pierwszych zaksięgowanych wpłat). Oferta ważna do 25.09.2013 r.
Wysyłka prenumeraty jest uruchamiana po otrzymaniu wpłaty na podany poniżej numer rachunku bankowego.
Koszty wysyłki prenumeraty pokrywa wydawca. **Prenumeratę można zamówić telefonicznie:** 22 761 30 20, **faksem:** 22 761 31 43, **e-mailem:** kontakt@infor.pl lub **przez Internet:** www.zwierciadlo.infor.pl,
wpłaty: Centrum Usług Dystrybucyjnych INFOR Sp. z o.o., ul. Okopowa 58/72, 01-042 Warszawa, Mazowiecki Bank Spółdzielczy w Łomiankach 75 8009 0007 0016 0212 2001 0002.
O kolejności zgłoszeń decyduje data zaksięgowania wpłat. Pamiętaj, aby składając zamówienie, podać swoje dane adresowe, nazwę zamawianego tytułu, okres prenumeraty, cenę oraz numer, od którego chcesz otrzymywać prenumeratę. *Ilość wydań magazynu „Zwierciadło" w gratisie obliczona wg cen sprzedaży w kiosku.

Oferta pakietowa nie jest premiowana upominkiem. Dostawa obu magazynów jest realizowana łącznie, zgodnie z terminami wydań miesięczników „Zwierciadło" i „Sens".

ZDJĘCIA: MATERIAŁY PRASOWE.

NIE KRĘPUJ SIĘ, *SZKODA SZNURKA*

Ludzie piszą. Piszą, gdzie się da i czym się da. Od pradawnych czasów.

Pewnego dnia, gdy miałam 11 lat, uciekłam z domu. Dzień przesiedziałam na wieżyczce wieńczącej dach pustego zrujnowanego budynku. Wieżyczka była drewniana, z ławeczką wewnątrz całą pokrytą napisami! Wyciętymi, wydrapanymi, wymalowanymi. Były to głównie imiona i daty, czasami jakaś skrótowa informacja: „Kocham Goskę"; „Tu byłem. Marek"; „Elka jest gupia". Pamiętam, że bardzo chciałam też coś po sobie w tym miejscu zostawić, ale uciekłam z domu spontanicznie i nie miałam przy sobie nic do pisania...

Ludzie piszą. Piszą, gdzie się da. W książkach i gazetach, ale i na murach, ławkach, płotach, drzewnych pniach, ścianach klatek schodowych i toalet publicznych, na wszelkiej płaszczyźnie, nawet jeśli nierówna, szorstka, kostropata. Na śniegu, na piasku, na wodzie nawet! Piszą, czym się da: na wodzie palcem, na śniegu patykiem albo i butami, na ścianie flamastrem, sprejem, scyzorykiem, kamieniem, czymkolwiek, co jest pod ręką, a ma jakiś czubek albo ostry kant.

Na murach i ścianach toalet

Od pradawnych czasów płaskie puste podłoże wywoływało w człowieku przemożne pragnienie zostawienia śladu. Jeśli nie na wieczność, to chociaż na chwilę. Napisy oficjalne, szyldy, tablice, reklamy, ostrzeżenia – w naszej kulturze to zwykła ikonografia. Ale także znaki stawiane na dziko, bez pozwolenia, gdy nikt nie widzi, pod osłoną nocy – one także są pismem ludzkości, badanym przez archeologów, antropologów i historyków kultury. Tego rodzaju inskrypcje odkryto np. w Pompejach: dotyczyły seksu, skandali i polityki, miały charakter nielegalny.

Nielegalne polityczne napisy na murach w Polsce pojawiały się masowo już podczas zaborów, wzywały do narodowego oporu. O tych wolnościowych z okresu drugiej wojny światowej uczyliśmy się w szkole; znak Polski Walczącej powrócił potem w stanie wojennym obok haseł, np. „WRON won za Don"; „Wojna na murach" – tak nazywano akcje solidarnościowej propagandy. Napisy więzienne, te na ścianach celi, to osobny rozdział, bardzo obszerny. Socjalistyczne miasta były zapisane jak księgi! Na ścianach domów toczyły się polityczne dyskusje, pełne nieraz dosadnego politycznego humoru.

Szkoła jako budynek, począwszy od lat 70., jest największą tablicą do bazgrania. Wiadomo, burza hormonalna, stres; młodość trudno sobie radzi z emocjami. Napisy były i są ławkowym designem, a już szkolne toalety! Począwszy od złośliwych definicji szkoły jako instytucji („Szkoła jest jak WC: chodzisz, bo musisz") po personalne docinki, od wyśmiewania seksu po indywidualne wyznania uczuć, od wulgaryzmów po „wzór na miłość", na przykład: A + K = WSRM, co oznacza Wielką Szaloną Romantyczną Miłość. Toaleta publiczna jako miejsce czasowego odosobnienia poza zasięgiem kamer daje duże pole do popisu. Są ludzie młodzi i starzy, dla których tworzenie napisów w tym właśnie miejscu ma posmak przygody, daje poczucie przekroczenia granicy (przyzwoitości), jest aktem wolności! Sam Witold Gombrowicz ma w doświadczeniu taką ekscytującą przygodę (po szczegóły odsyłam do jego „Dzienników"). W Internecie aż się roi od przykładów, a spisy powiedzonek są długie jak... papier toaletowy. Najśmieszniejsze wydają mi się te, które tylko sugerują obsceniczne treści, wykorzystując możliwości metaforyczne języka ojczystego, przy okazji załatwiając jakąś sprawę, np. „Ciągnąć, aż się spuści – siostra przełożona" (napis na spłuczce w ubikacji szpitala) albo półoficjalny napis z kartki nad pisuarem (w Internecie znalazłam zdjęcie): „Stań bliżej, on jest krótszy, niż myślisz". Nad lustrem w toalecie baru dla kierowców: „Grzebień w kieszeni łysego świadczy o jego silnej woli", a na desce klozetowej flamastrem: „Gówne wejście".

Internauci „w tym temacie" chętnie się powołują na „Láskę nebeską" Mariusza Szczygła, który w swej przeuroczej książce jeden z felietonów poświęcił czeskim WC napisom. Twierdzi on, że w Czechach jest pod tym względem lepiej, obficiej, z tej prostej przyczyny, że Czesi mają długą tradycję picia piwa, które jest moczopędne, co skutkuje ciągłym lataniem do toalety... Oto złota siódemka „czeskiej literatury wychodkowej" wyłuskana przez dzielnego internautę z książki Szczygła (ja słuchałam audiobooka, więc trudniej mi było notować): „Alkohol nie da wam odpowiedzi, ale pozwoli zapomnieć pytanie" (toaleta w barze praskim); „Największą mądrością życiową jest zawczasu rozeznać, na kogo się wys..., a przed kim sie pos..." (na ścianie klozetu

słowa też były wykropkowane); „Nie wrzucajcie petów do pisuaru. Tą ręką, która je wyciąga, nakładam wam także jedzenie"; „Nie wierz we wszystko, co myślisz" (dworzec w Brnie); „Nie wrzucajcie do pisuarów gum do żucia!" i dopisek: „W ten sposób tracą na smaku"; „Wiecie, dlaczego Bóg stworzył pierwszego mężczyznę? Bo wszystko zaczyna się od zera" (toaleta w gimnazjum w Czeskiej Lipie). I z toalety w restauracji nad stawem w czeskich Budziejowicach-Borszowicach: „Szanowne panie, nie wyrzucajcie tamponów przez okna, nasze kaczki się nimi dławią".

Śmierć samobójcom...

Na internetowych forach znaleźć można „przedruki" i cytacje z tekstów uczonych, gdzie próbuje się opisać i sklasyfikować zjawisko pisania klozetowego, jak również tego na miejskich murach. Pisze się tam o „mowie tajemnej" i przełamywaniu sacrum przez profanum, o znakach gestach, o porządkowaniu chaosu świata za pomocą przekleństwa, bluźnierstwa. I się pisze, że to, co my, przechodnie, bierzemy za zwykły wandalizm, jest sposobem na zakorzenienie się w nieprzyjaznym świecie. „Bezdomni do domu!"; „Księża na Księżyc!"; „Ziemniaki do ziemi!"; „Politycy do kostnicy!" – takie hasła faktycznie mogą mieć charakter porządkujący... Niektóre z naściennych aforyzmów są dla mnie czystym popisem inteligencji wykorzystującej potencjał języka i te zacytuję tu w większej ilości: „Tydzień na »działce« – audycja dla narkomanów"; „Mam straszny pociąg – konduktor"; „Serce nie sadysta, kiedyś przestanie bić"; „Jeżeli myślisz, że wszystko idzie dobrze, to jesteś źle poinformowany"; „Nie krępuj się, szkoda sznurka"; „Wykształcenie nie piwo – nie musi być pełne"; „Życie jest jak jajo – trzeba je znieść"; „Nie ufaj rodzicom – zrób się sam"; „Śmierć samobójcom"; „Z prochu powstałeś, to się otrzep"; „Winda popsuta. Najbliższa winda w następnym bloku" (na windzie); „Piję, bo palenie powoduje raka i choroby serca"; „Komplet wypoczynkowy: trumna + dwa świeczniki"; „Była plama, nie ma bluzki, bo ten proszek był od ruskich"; „Rolniku! Uprawiaj seks oralny"; „Alkohol zabija powoli", dopisano: „Mnie się nie śpieszy"; „A nie mówiłem, że jestem chory?" (dopisek na nagrobku); „Palenie albo picie – wybór należy do ciebie"; „Jak sobie pościelesz, to mnie zawołaj"; „Napis na murze więzienia: Ludzie! Róbcie podkop z tej strony! Bóg zapłać"; „Sprzedam Biblię z autografem autora"; „Lepiej być w kropce niż w martwym punkcie"; „Można czekać godzinę, dwie, ale nie kwadrans!"; „Umarli żyją krócej"; „Nie narzucaj światu swojego formatu!"; „Lepiej być bez grosza, niż bez pieniędzy"; „Wypuścić mrówki z ogrodów zoologicznych!"; „Tam, gdzie kończy się logika – zaczyna się wojsko (na koszarach)". Na koniec przypomniało mi się lapidarne hasło z tramwajowej wlepki: „Zrozum rozum".

Uczeni twierdzą, że takie pisanie na murach i innym podłożu to – bagatela! – „antropologiczna konieczność". Że te „radosne i dramatyczne eksklamacje pozwalają wierzyć we własne istnienie, są bowiem gestami wpisywania się w świat, potwierdzania swojej obecności w szarym, utylitarnym i anonimowym świecie". Z takim uzasadnieniem można już bez krępacji sięgnąć po jakiś pisak i zostawić swój ślad – na murach, ławkach, płotach, drzewnych pniach, ścianach klatek schodowych i toalet publicznych, na wszelkiej płaszczyźnie, nawet jeśli nierówna, szorstka, kostropata... ●

CZYTAJ Pisane na lustrze. Blog Anny Janko na **Zwierciadlo.pl**

ZDJĘCIE: RAFAŁ MASŁOW.

ANNA JANKO *jest poetką, pisarką, krytykiem literackim, autorką powieści „Dziewczyna z zapałkami" i „Pasja według św. Hanki".*

reklama

Wrześniowa edukacja

Zdrowo, ekologicznie. Jak żyć w zgodzie z otaczającym światem, radzi **Anna Adach.**

Ten miesiąc obfituje w ekoświęta. 23 września obchodzimy Dzień Spadającego Liścia i Dzień Śliwki, 24 września to Dzień Grzyba, a 26 września jest Dniem Ptaków. A poza tym...

SPRZĄTAMY *świat*

Sprzątanie Świata ma miejsce rokrocznie w trzeci weekend września. *W tym roku 20. edycja akcji odbywa się pod hasłem „Odkrywamy czystą Polskę!". Po raz pierwszy Sprzątanie Świata miało miejsce w Australii w 1989 r., gdy w porządkowaniu terenów portu wzięło udział blisko 40 tysięcy mieszkańców Sydney. Wydarzenie wkrótce zyskało zasięg światowy i obecnie odbywa się w 130 krajach. W Polsce po raz pierwszy miało miejsce w roku 1994 z inicjatywy Miry Stanisławskiej-Meysztowicz. Koordynatorem kampanii jest Fundacja Nasza Ziemia. Akcja polega na zbiorowym sprzątaniu śmieci zalegających poza miejscami przeznaczonymi do ich składowania. Co roku w Polsce uczestniczy w niej ok. dwóch milionów wolontariuszy. Głębszym celem kampanii jest wpojenie nam wszystkim szacunku dla środowiska naturalnego, nawyku dbania o nie. W dniach 16–22 wrzesnia trwa Tydzień Zrównoważonego Transportu, który zwieńczy Europejski Dzień bez Samochodu (23 września). Poza licznymi festynami i konkursami w wielu miejscowościach skorzystać będzie można z darmowej wypożyczalni rowerów i bezpłatnego przejazdu komunikacją miejską.*

ZAMIEŃ ODPADY *na kulturalne wypady*

Tak nazywa się ogólnopolska kampania (której pomysłodawcą jest Fundacja Ekorozwoju) odbywająca się cyklicznie w kilku większych miastach Polski. Jej celem jest zachęcenie społeczeństwa do selektywnej zbiórki odpadów oraz uświadomienie jak największej liczbie osób, że odpady są cennym surowcem wtórnym. Zasady akcji są proste: w zamian za dostarczenie określonej ilości surowców wtórnych (makulatura, butelki PET, puszki aluminiowe, zużyty sprzęt elektryczny i elektroniczny) rozdawane są bilety na imprezy kulturalne, do muzeów, teatrów, kin, galerii, na basen itp. Jednym słowem, wszyscy zyskują. Kampania prowadzona jest od 2009 roku i cieszy się niesłabnącą popularnością, pobudzając do aktywności społeczności lokalne, miejscowych partnerów i firmy. Obecne działania skupiają się na selektywnej zbiórce ZSEE (sprzęt elektryczny i elektroniczny) oraz promowaniu ograniczania ilości gadżetów elektronicznych. Unikalne i szczególnie cenne w kampanii jest wskazanie, że ekologia i kultura są sobie tak bliskie. ***Człowiek kulturalny to przecież taki, który dba o środowisko, nie śmieci i potrafi segregować odpady.***

ANTYLEKCJA EKOLOGII

Rokrocznie trzeba kupować nowe książki szkolne, gdyż te, z których korzystali starsi koledzy, są już nieaktualne. *W nie tak znowu zamierzchłych czasach większość podręczników pochodziła od rodzeństwa, starszych uczniów, zaś lektury, słowniki czy zbiory zadań wędrowały latami pomiędzy koleżankami, kolegami, kuzynami i pociotkami. Powtarzające się ostatnio co kilka lat reformy oświaty zaczynają od zmiany szkolnych programów i... wymiany podręczników. W roku następnym w książkach tych nanoszone są korekty i erraty, a do uczniowskich tornistrów wędruje wydanie poprawione. W ten sposób znaczna część roczników uczniów skazana jest na zakup nowych książek. Czy nie warto oszczędzić trochę drzew? Dużą rolę odgrywają też względy ekonomiczne, bowiem zakup używanych książek zmniejsza cenę kompletu podręczników nawet o połowę. Jestem przekonana, że wyrzucanie na makulaturę rocznych podręczników nie wpływa dobrze na kształtowanie postaw proekologicznych czy umiejętności gospodarowania u naszych dzieci. Może warto zawczasu dopracować programy edukacyjne i podręczniki, aby podążając za zmieniającym się światem, szanowały one również otaczające środowisko.*

ANNA ADACH *doktor inżynierii chemicznej i procesowej, większość jej prac badawczych poświęconych jest ochronie środowiska. Jej zainteresowania wywodzą się z przekonania, że najpiękniej żyje się w zgodzie ze sobą i ze środowiskiem. Swoją wiedzą i zaangażowaniem dzieli się w ramach wykładów na Politechnice Warszawskiej.*

ZDJĘCIA: 123RF.COM, ARCHIWUM PRYWATNE.

więcej siły, więcej życia!

Żyjesz aktywnie, pracujesz zawodowo, troszczysz się o rodzinę i dom.
Nie zawsze wystarcza Ci sił, by zadbać o swój rozwój i dobrą kondycję?

Suplement diety Maxivit dla Niej to unikalna kompozycja witamin, makro- i mikroelementów uwzględniająca szczególne potrzeby kobiet, uzupełniona o korzeń żeń-szenia, który:

- pomaga w utrzymaniu energii i witalności organizmu,
- zmniejsza uczucie zmęczenia i znużenia,
- wspomaga sprawność umysłową.

Preparat Maxivit dla Niej zalecany jest dla kobiet, szczególnie w stanach zwiększonego zapotrzebowania na witaminy i składniki mineralne.

Preparat dostępny w aptekach i sklepach zielarskich.

Producent: Naturell AB, Szwecja
infolinia 801 352 252, www.naturell.pl

Kupując preparat, wspierasz
Fundację Rozwoju Kardiochirurgii

KOŃSKA
DAWKA SPORTU

BEZ WZGLĘDU NA TO, CZY DYSCYPLINA WYMAGA UŻYCIA KIJÓW, PIŁKI CZY ROZGRYWA SIĘ PRZY DŹWIĘKACH MUZYKI, NAJWAŻNIEJSZE JEST ***MIĘDZYGATUNKOWE POROZUMIENIE.*** Człowiek i koń muszą stanowić zgrany team. To od ich wzajemnych relacji zależy sukces w polo, horseballu czy kadrylu. Dyscyplinach jeździeckich, które powoli opuszczają niszę sportów elitarnych.

Tekst SYLWIA KAWALEROWICZ

Pierwszy historyczny mecz polskiej reprezentacji w horseball zakończył się remisem. Choć debiutanci cały czas prowadzili, w ostatniej minucie bardziej doświadczeni gracze z Austrii zdobyli wyrównujący punkt. Mecz został rozegrany w grudniu ubiegłego roku podczas poznańskiej Cavaliady – najważniejszej w Polsce imprezy branży koniarskiej. Była to jedna z pierwszych okazji, by zobaczyć na żywo tę dyscyplinę – swoiste połączenie koszykówki i rugby rozgrywane na koniach.

WALKA O KACZKĘ

Czterech zawodników, piaszczyste boisko o wymiarach 25 na 65 metrów, dwa kosze o średnicy metra zawieszone na wysokości 3,5 metra plus piłka do nogi w specjalnej uprzęży ze skórzanych pasków, które pozwalają podjąć ją z ziemi. Zasad jest dość dużo, ale generalnie chodzi o to, by podając między sobą piłkę, wrzucić ją do kosza. Wszystko z końskiego grzbietu, oczywiście. Horseball nawet w środowisku koniarzy uważany jest za sport raczej niszowy, jednak swymi korzeniami sięga wiele lat wstecz. Wywodzi się z argentyńskiego pato – gry polegającej pierwotnie na wyrywaniu sobie podczas jazdy na koniu... kaczki. Gra narodziła się na początku XVII wieku w Argentynie. Była to sąsiedzka zabawa angażująca mieszkańców sąsiadujących ze sobą farm. Grano na terenach stanowiących granicę pomiędzy gospodarstwami, plac gry mógł mieć nawet kilka kilometrów kwadratowych, nie było limitu graczy. Cel gry to zabranie kosza z kaczką na teren własnej farmy. Jedyną zasadą było to, że ten, kto aktualnie miał kaczkę w garści, musiał trzymać ją w wyciągniętej ręce tak, by inni mogli mu ją odebrać. Z powodu wielu ofiar śmiertelnych, jakie powodowała, gra została oficjalnie zakazana na przełomie XVII i XVIII wieku. W latach 30. XX wieku Argentyńczycy powrócili do tradycji gry w pato, zmieniono zasady na bardziej cywilizowane, kaczkę zamieniono na piłkę w skórzanej uprzęży. W 1953 roku prezydent Argentyny Juan Peron ogłosił grę sportem narodowym.

POLO ROZWIJA UMIEJĘTNOŚĆ PRACY W ZESPOLE, UCZY SZYBKICH REAKCJI I POPRAWIA PANOWANIE NAD KONIEM.

Wierzchowce do polo powinny być szybkie jak konie pełnej krwi, inteligentne jak araby i zwrotne jak zwierzęta rasy quarter horse.

We współcześnie organizowanych rozgrywkach jasno określone zasady sprawiają, że horseball jest bezpieczny zarówno dla jeźdźców, jak i koni. Choć jest to sport mocno kontaktowy – konie pędzą blisko siebie, często nawet w odległości 5–10 centymetrów, gra wymaga szybkich zwrotów i gwałtownego hamowania – zarówno organizatorzy, jak i gracze bardzo dbają o bezpieczeństwo. – Wiele osób, które wcześniej nie spotkały się z tą dyscypliną, jest zaskoczonych tym, że nie powoduje ona w zasadzie żadnych poważnych kontuzji. Konie mogą rozegrać tylko jeden mecz dziennie. Zwierzęta mają specjalne ochraniacze na pierś i nogi, zaś jeźdźcy obowiązkowo noszą kaski i ochraniacze na kolana. Bezpieczeństwo przede wszystkim – zapewnia Piotr Zieliński, prezes Polskiego Stowarzyszenia Horseball. Najlepsze do gry są konie szybkie, zwrotne i przyzwyczajone do bliskiego kontaktu z innymi. Dobrze ułożone i karne. Zawodnicy z kolei muszą być sprawni fizycznie (podjęcie piłki z ziemi w galopie wymaga dużej elastyczności) i mieć spore doświadczenie. Najlepiej w skokach. – Właśnie ze skoków przechodzi do nas najwięcej zawodników – lubią adrenalinę, są odważni i mają świetnie opanowane ujeżdżenie – tłumaczy Piotr Zieliński. On i jego żona końmi zajmują się od lat. Próbowali większości dyscyplin, wciąż szukali jednak czegoś nowego. Na rozgrywki horseballu trafili przypadkiem kilka lat temu podczas wyjazdu do Włoch, gdzie, jak się okazało, „końska koszykówka" jest bardzo popularna. Podobnie jest we Francji. Tu piaszczyste boisko do gry w horseball znajdziemy w niemal każdej stajni. Jest łatwe w utrzymaniu, mniejsze niż to do polo. Zielińskim spodobała się dynamika rozgrywek, to, że można w sportach końskich spróbować czegoś nowego. Postanowili sprowadzić grę do Polski. Nawiązali współpracę z Międzynarodową Federacją Horseballu i w 2010 roku założyli jej polską filię. ➤

Teraz skupiają się na promocji sportu w naszym kraju. – To dyscyplina, którą może uprawiać każdy bez względu na wiek i zasobność portfela. Do gry nadają się wszystkie konie, dzieci mogą trenować na kucach. Naszym marzeniem jest, by zainteresować horseballem szkółki jeździeckie, które mogłyby wprowadzić grę do programu szkoleń, ponieważ świetnie ćwiczy ona tzw. dosiad, równowagę, pozwala swobodnie poczuć się na końskim grzbiecie, a do tego daje mnóstwo radości – zachwala Piotr Zieliński. Charakterystyczne dla tego sportu jest to, że często jedzie się bez trzymania wodzy, bo ręce muszą być wolne, by złapać i podać piłkę innym graczom. Gra jest bardzo widowiskowa, ponieważ boisko jest niewielkie, a publiczność zasiada blisko akcji. Na razie w Polsce jest sześć drużyn. Zielińscy jednak starają się jak najczęściej pokazywać horseball publiczności – tylko wtedy ich zdaniem można zarazić pasją do tego sportu. Zorganizowali do tej pory pokazowy mecz towarzyski pomiędzy Hiszpanią a Włochami w łódzkiej Atlas Arenie, mistrzostwa Europy dla zawodników w wieku do lat 16 oraz wspomniany na samym początku towarzyski mecz Polska – Austria podczas poznańskiej Cavaliady. Każdemu, kto chciałby spróbować stworzyć drużynę horseballu, chętnie służą radą.

Z PIKNIKIEM W TLE

Paulina Woyciechowska-Tokarczyk z Warsaw Polo Club od dziecka była wychowana w domu pełnym zwierząt. Konie pojawiły się jednak w jej życiu dość późno. Podczas wakacji w Argentynie kilka lat temu zobaczyła zawodowe rozgrywki polo i wpadła po uszy. – To sport dla ludzi, którzy lubią aktywną rozgrywkę, dynamikę, szybką jazdę – tłumaczy. Przyznaje, że trzeba mieć odpowiedni temperament. Zupełnie inny niż np. przy takich dyscyplinach jak ujeżdżenie, gdzie liczy się

KADRYLE SĄ JAK JAZDA FIGUROWA NA ŁYŻWACH. KILKA KONI WYKONUJE SYNCHRONICZNE UKŁADY TANECZNE W RYTM MUZYKI.

Wyszkolenie konia do poziomu podstawowego w ujeżdżeniu to dwa lata codziennych treningów.

opanowanie, staranność, cierpliwość. Polo to żywioł. Klasyczne polo na trawie rozgrywane jest na boisku wielkości niemalże dziesięciu boisk piłkarskich. Drużyny liczą po czterech zawodników. Celem rozgrywki jest wbicie piłki do bramki przeciwnika za pomocą kija zwanego *malletą*. W meczu rozgrywanych jest do czterech części zwanych czakerami, każda trwa siedem i pół minuty. Po każdym czakerze zmieniane są konie, dlatego zawodowy gracz w polo powinien dysponować minimum dwoma, a najlepiej czterema rumakami. Nie byle jakimi. Konie do polo powinny się charakteryzować szybkością koni pełnej krwi, inteligencją arabów i zwrotnością rasy quarter horse. Gra jest wymagająca dla koni i dla jeźdźców. Najtrudniejsza jest synchronizacja. – Trzeba kontrolować konia, zwracać uwagę na to, co dzieje się dookoła, i celnie trafiać w piłkę wielkości pomarańczy. Niezbędna jest umiejętność wyłączenia się i skupienia tylko na uderzeniu – mówi Woyciechowska-Tokarczyk.

Choć bardziej kojarzy się z angielską arystokracją i rodziną królewską, polo ma długą tradycję także w Polsce. Sport ten do kraju sprowadził sto lat temu hrabia Alfred Potocki, który studiując w Oksfordzie, miał okazję przyjrzeć się meczom rozgrywanym w Wielkiej Brytanii. Sport szczególnie popularny był wśród kawalerzystów – uznawano go za grę, która świetnie rozwija umiejętność współpracy w zespole, uczy szybkich reakcji, orientacji podczas akcji i poprawia panowanie nad koniem. Po wojnie nie kontynuowano tradycji związanych z polo aż do 2003 roku, kiedy to odbył się pierwszy współczesny turniej polo na warszawskim Służewcu. Dzisiaj dyscyplina staje się coraz bardziej popularna. W okolicach większych miast znaleźć można kluby polo, organizowane są międzynarodowe zawody, takie jak chociażby międzynarodowy turniej BMW Cup of Nations, który zostanie rozegrany 8 września w Warsaw Polo Club mieszczącym się na terenie Chojnowskiego Parku Krajobrazowego. Polo ma łatkę sportu elitarnego. Woyciechowska-Tokarczyk i jej podobni starają się z tym stereotypem walczyć. Rozgrywki tradycyjnie już łączą się z piknikami, na których zbierają się całe rodziny. Można przyjść, spędzić czas na łonie natury, poczuć te emocje – zachęca amazonka. Rozgrywki otwarte są dla publiczności, nikt nie sprawdza kart klubowych przy wejściu. Paulina Woyciechowska-Tokarczyk zapewnia też, że nie są potrzebne ogromne pieniądze, by spróbować. Lekcja kosztuje kilkadziesiąt złotych. Grać można zaś

w każdym wieku. Najstarszy zawodnik w Polsce ma 72 lata. – Polo – trzeba to zobaczyć, zabrać dzieci, psy i ruszyć na pola, ośmielić się – zachęca.

W BAROKOWYM RYTMIE

Jeśli polo jest dynamiczne jak hokej, to kadryle są przy nim jak jazda figurowa na łyżwach. Kilka koni wykonuje synchroniczne „układy taneczne" w rytm muzyki. Jadą bokiem, przechodzą jedne za drugimi, kręcą ósemki, powtarzają figury parami. – To dyscyplina, która wymaga wielkiej staranności – tłumaczy Karolina Wajda, wielka wielbicielka koni i założycielka Akademii Sztuki Jeździeckiej – pierwszej szkoły przygotowującej efektowne pokazy jazdy konnej, słynnej z pokazów końskich kadryli. – Kiedy w 2006 roku przejęłam prowadzenie stajni w Łazienkach Królewskich w Warszawie, dostrzegłam potencjał, aby stworzyć w Polsce akademię sztuki jeździeckiej na wzór słynnych akademii europejskich – wspomina Wajda i dodaje: – Polska ma wspaniałe tradycje jeździeckie. Po wojnie próbowano z nas wyplenić miłość do koni i wszystkiego, co kojarzyło się z historią, ale widzę po reakcjach publiczności, że mimo to konie, ich uroda wciąż budzą emocje. Organizowane przez nią pokazy łączą starannie przygotowaną formę wizualną (efektowne stroje jeźdźców i rumaków) z pokazem panowania nad końmi, które wykonują trudną choreografię. W przygotowywanych przez Wajdę kadrylach bierze udział osiem koni. – U podstaw tego typu występów leży precyzyjne szlifowanie kunsztu jeździeckiego zarówno konia, jak i jeźdźca. Potrzebna jest pasja, odrobina talentu i duża cierpliwość. Wyszkolenie konia do poziomu podstawowego to dwa lata codziennych treningów – tłumaczy Karolina Wajda. Do pokazów jej zdaniem najlepiej nadają się konie rasy andaluzyjskiej, pochodzące z Półwyspu Iberyjskiego. – Mają bardzo ładną prezencję, piękne długie grzywy – wylicza amazonka. Pokazy końskich choreografii odbywają się w takt muzyki, która jest ważnym elementem spektaklu. Czasami są to współczesne przeboje, kiedy indziej znów muzyka klasyczna. Karolina Wajda stawia na brzmienia barokowe. Trudno jednak powiedzieć, czy konie lubią muzykę. – Jeśli jeździec jest zżyty z koniem, stają się jednością. To jest w tym sporcie najpiękniejsze – dzięki temu, że siedzimy na koniu, władamy wielkim ciałem i jego zmysłami, które uzupełniają i poszerzają nasz potencjał. I na odwrót. Jeśli jeźdźca muzyka nastraja w jakiś sposób, to automatycznie przechodzi to w ciało konia – tłumaczy Wajda. Jej szkoła do czasów baroku nawiązuje nie tylko za sprawą muzyki. U podstaw całej filozofii Akademii Sztuki Jeździeckiej leży fascynacja jej założycielki szkołą jazdy, która rozwijała się w Europie na przełomie XVII i XVIII wieku. – Trenujemy konie w duchu klasycznego jeździectwa. W tamtych czasach koń stanowił wielkie dobro i towarzyszył człowiekowi w niemalże każdym aspekcie życia – wyjaśnia Wajda. To ona układa końskie choreografie – figury muszą być harmonijne, pary przemieszczają się synchronicznie. – Wymyślanie nie jest trudne, schody zaczynają się, gdy chcemy wprowadzić te pomysły w życie. Doprowadzenie do tego, by osiem koni wykonywało układ synchronicznie, to ciężka praca – śmieje się i dodaje, że nie trzeba jednak być specjalistą, by docenić urok takiego przedstawienia. – To spektakle, które są dostępne dla szerokiej publiczności, nie tylko dla ludzi związanych z ujeżdżeniem. Taki występ daje przyjemność obcowania z harmonią. A harmonii potrzebuje każdy. Nie trzeba być choreografem, by docenić spektakl baletowy. Symetria, harmonia to rzeczy, które po prostu dobrze wpływają na nasze samopoczucie. ●

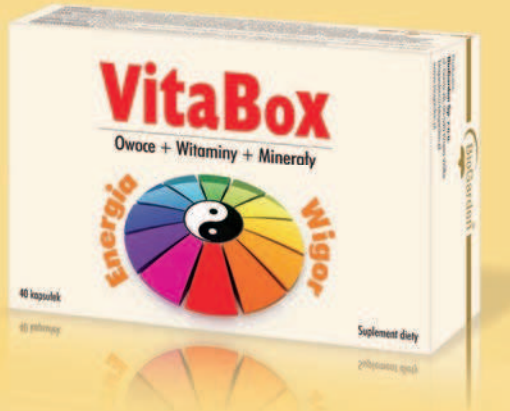
ZDJĘCIA: KAROL RZECZYCKI, MATERIAŁY PRASOWE: BEA DURIEZ.

reklama

Dobra dieta to zdrowie, energia, wigor i witalność

Postaw na
VitaBox
suplement diety

Badania dowodzą, że bezpośrednio po produktach pełnoziarnistych i olejach roślinnych to OWOCE stanowią podstawę zdrowego żywienia. Pomimo tego większość z nas nie stosuje w codziennej diecie wystarczającej ilości OWOCÓW.
Są one źródłem wielu witamin, minerałów i mikroelementów wpływających na jakość naszego życia, na nasze zdrowie.



Suplement diety VitaBox stanowi doskonałe uzupełnienie codziennej diety w ekstrakty z OWOCÓW, witaminy i minerały. Jako jedyny oprócz witamin i minerałów zawiera aż 6 ekstraktów z OWOCÓW.

Są to: pomarańcze, żurawina, jagody, jabłka, truskawki, pestki winogron.

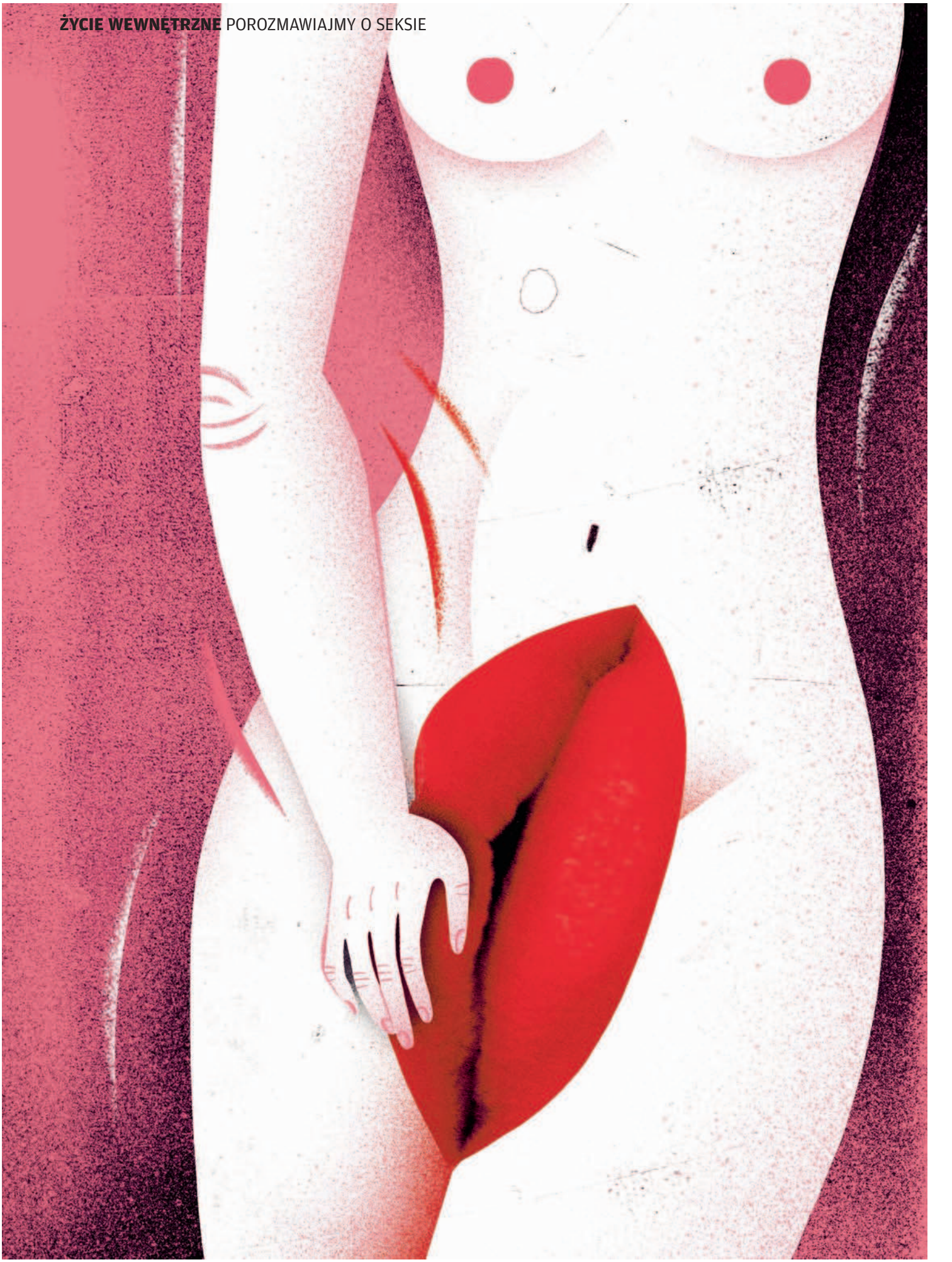
Każda kapsułka VitaBox zawiera:
OWOCE + WITAMINY + MINERAŁY

Wzbogać swoją dietę w VitaBox i ciesz się zdrowiem, energią, wigorem i witalnością.

VitaBox to 40 dni kuracji

Kup lub zamów w swojej aptece

www.biogarden.pl



cunnilingus

CZY JEST CZEGO SIĘ BAĆ?

MICHAEL DOUGLAS OŚWIADCZYŁ, ŻE NABAWIŁ SIĘ RAKA GARDŁA, UPRAWIAJĄC SEKS ORALNY. TO NAUKOWA PRAWDA CZY MEDIALNA SENSACJA? Czy mężczyźni dadzą się zastraszyć i ile na tym mogłyby stracić kobiety – zastanawia się seksuolog *Krzysztof Korona*.

Rozmawia TOMASZ JASTRUN Ilustracje AGATA DUDEK

Co to będzie?

Zapewne nic takiego. Straszenie mężczyzn kobiecymi organami płciowymi ma swoją tradycję. Już dawno temu pewien średniowieczny francuski lekarz przestrzegał panów: „Jak owo pełne rozumu i rozsądku stworzenie zwane człowiekiem może odczuwać pociąg do tych wstrętnych części kobiecego ciała umieszczonych haniebnie w najniższej części tułowia".

Cunnilingusem straszyła też pionierka w dziedzinie kontroli urodzeń Marie Stopes. W 1918 r. w książce „Married Love" pisała o „odrażających praktykach będących okrucieństwem psychicznym wobec każdej kobiety". Jej krytycy zwrócili uwagę na fakt, że w wieku 34 lat w dalszym ciągu była dziewicą. Kiedyś oglądałem program w telewizji, jak facet chodził z pipetą i zbierał bakterie z klamek do drzwi, z banknotów, z uchwytów w tramwajach. To nie do wiary, ile różnego rodzaju paskudztwa po nas łazi i fruwa wokół. Żyjemy w świecie wirusów, bakterii i drobnoustrojów. Naukowcy obliczyli, że w ciągu życia zjadamy kilka kilogramów owadów! Połykamy je podczas biegania i jazdy na rowerze. Amerykanie swojego czasu propagowali uprawianie seksu w maskach, w gumowych rękawiczkach, *cunnilingus* przez lateks i całowanie się z użyciem chusteczki. Na takie higieniczne propozycje chętnie zareagowali ➤

SEKS ORALNY ZBLIŻA PARTNERÓW, OTWIERA NA DRUGĄ OSOBĘ I DAJE SZANSĘ NA WIELOKROTNY ORGAZM.

jedynie fani seksu uprawianego inaczej. Ale nie jest prawdą, że oni nigdy nie zarazili się HIV.

Więc może mała wymiana bakteryjna, a nawet wirusowa jest pożyteczna?
Jedni straszą mikrobami, a inni zalecają wymianę drobnoustrojów. Naukowcy z Uniwersytetu w Leeds udowodnili, że bakterie, które przekazujemy sobie podczas pocałunków, działają bardzo korzystnie na nasze zdrowie, w szczególności dotyczy to kobiet w ciąży. Całując się, uodparniają swoje dziecko na cytomegalowirusy odpowiedzialne za choroby układu oddechowego i problemy ze wzrokiem. Mnie na lekcjach higieny w szkole uczyli, że raka krtani dostaje się od palenia. To, że Douglas palił mimo raka, doniosły swojego czasu tabloidy, które przyłapały go na puszczaniu dymka ze swoją żoną na jachcie w Saint-Tropez, choć już był po operacji krtani.

Jest tu jakaś polska specyfika...
Jeśli całowanie, to ręki. Polak, jak całował rączki, tak i dzisiaj całuje, chociaż może rzadziej. Z całowaniem gdzie indziej różnie bywa, gdyż przeciętny Polak w dalszym ciągu o budowie kobiecego narządu płciowego za wiele nie wie. A postraszyć nas zawsze można. Owe straszenie facetów konsekwencjami seksu oralnego wpisuje się w historyczne nurty straszenia mężczyzn zębami w pochwie, menstruacją, zadzierzgnięciem penisa albo konszachtami z diabłem. Przypomnę, że czarownice z diabłem uprawiały seks oralny, chociaż w ich przypadku chodziło bardziej o całowanie... diabła w pośladki.

Więc może doceńmy, że cunnilingus zrobił się powszechny, naturalny, podobnie jak fellatio.
Cunnilingus nie jest chyba jednak najlepszym określeniem (słowo *cunnilingus* pochodzi od łacińskich słów *cunnus*, będącego potocznym określeniem sromu, oraz *lingua*, oznaczającego język). Dialogi erotyczne kochanków z użyciem słownika seksuologicznego prowadzą do impotencji lub zaburzeń orgazmu. Sama nazwa bardzo precyzyjnie odwołuje się do czynności związanej z „całowaniem sromu". A swoją drogą język polski posiada całkiem sporo różnych określeń na tę formę pieszczot, od wulgarnych do śmiesznych. Byłem kiedyś świadkiem, jak wielce szacowny sąd, przed którym odbywała się rozprawa rozwodowa, omal nie wybuchnął śmiechem, kiedy pokrzywdzona skarżyła się, że jej zboczony mąż zamiast odbywać z nią normalne stosunki, „zajmował się wyłącznie lizaniem patelni". Słowotwórstwo to jedna z form oswajania tego, o czym nie zawsze łatwo Polakom było i nadal jest mówić w łóżku.

Cunnilingus to była jednak jakaś rewolucja w seksie.
I na razie mam nadzieję raczej nie będzie kontrrewolucji. Zgadzam się, że *cunnilingus* to wielka zmiana w sferze mentalnej. Historycznie seks oralny był głównie domeną prostytutek i burdeli. Pewnie dlatego, że prawdziwa matka Polka miała zajmować się rodzeniem dzieci, a nie zawracaniem mężowi głowy orgazmami.

Tak było nie tylko w Polsce. W porządnym małżeństwie zbyt wyrafinowane pieszczoty do niedawna były nie do pomyślenia – z obu stron.
A jeśli już, to mężczyźni byli obsługiwani. Nie dbali o przyjemność kobiety. Teraz sami starają się je obsługiwać. Czyli rodzi się partnerstwo. To bardziej jednak proces niż rewolucja. Statystyki mówią, że już większość par uprawia seks oralny i bardzo go sobie chwali. Ale nie wszystkich to kręci. Są kobiety, które nie są w stanie przełamać bariery

psychicznej. Myśl o tym, że partner miałby je tam całować, działa paraliżująco. Najtrudniej mają wielkie higienistki – czy jestem tam doskonale czysta? Są też takie, których dotyk językiem śmieszy. Seks to radość, ale niekoniecznie śmiech. Poważne problemy pojawiają się wówczas, gdy dla niego ta forma pieszczoty jest wyrazem zaufania i „pełnego oddania", a dla niej zwykłym zboczeniem. Zdarza się, że seks oralny staje się swoistym fetyszem. Nie jest częścią gry wstępnej, która ma przygotować kobietę do stosunku, ale jedyną i wyłączną formą sprawiania przyjemności. Warto w tym miejscu powiedzieć, że wiele par uprawia seks oralny nie dla orgazmu, a dla budowania więzi i zrelaksowania się. Temu służą między innym tzw. kąpiele językowe obejmujące także pocałunki okolic intymnych.

Zalety cunnilingusa?
Głębsze partnerstwo i bliskość, pogłębienie więzi miłosnej, otwarcie się na partnera, nauka swego ciała. Po seks oralny sięgają także pary, które przed chwilą się poznały. To czasami nawet za bardzo zbliża. Zalety fizyczne to antykoncepcja, nowe formy rozkoszy, w tym szansa na przeżycie orgazmu wielokrotnego. Język i wargi bywają bardziej czułe i sprawne jako narzędzia rozkoszy, niż narząd pierwotnie przeznaczony do rozmnażania. On ma swoje ograniczenia.

Polecasz pacjentom ćwiczenia języka?
Ćwiczymy go od rana do nocy, też gadając i jedząc. *Cunnilingus* to kombinacja pięciu podstawowych ruchów: warg, języka, zębów, oddechu i głowy. Wyrażona w formie numeru telefonu, np. 12345, daje tyle odmian co spis abonentów Skarżyska-Kamiennej. Jeżeli ona zechce się aktywnie włączyć ze swoimi kombinacjami, to wspólnie możecie stworzyć katalog opisu pocałunków wielkości książki telefonicznej Warszawy. Pawłow powiedział kiedyś, że słowo może zabić i słowo może uleczyć. Gdyby porachować ilość zgonów z miłości wywołanych wydzieraniem się na siebie i obelgami, to niewątpliwie ta forma „raka oralnego" jest bardziej niebezpieczna.
Seks jest ciągle poddawany jakimś badaniom i rewelacjom. Z jednej strony rak krtani, a z drugiej – sensacje na temat leczenia raka – za pomocą seksu. Nie należy lekceważyć nauki, ale jej rewelacje są weryfikowane przez długie lata, a media potrafią wszystko zmienić w karykaturę. ●

KRZYSZTOF KORONA *psycholog, psychoterapeuta, seksuolog, właściciel Kliniki Piękna Wewnętrznego „Wellness Psychotherapy", www.psychoNET.pl*

reklama

Zastosuj
Lactovaginal®

"Upławy, infekcje intymne.
To nie problem!"

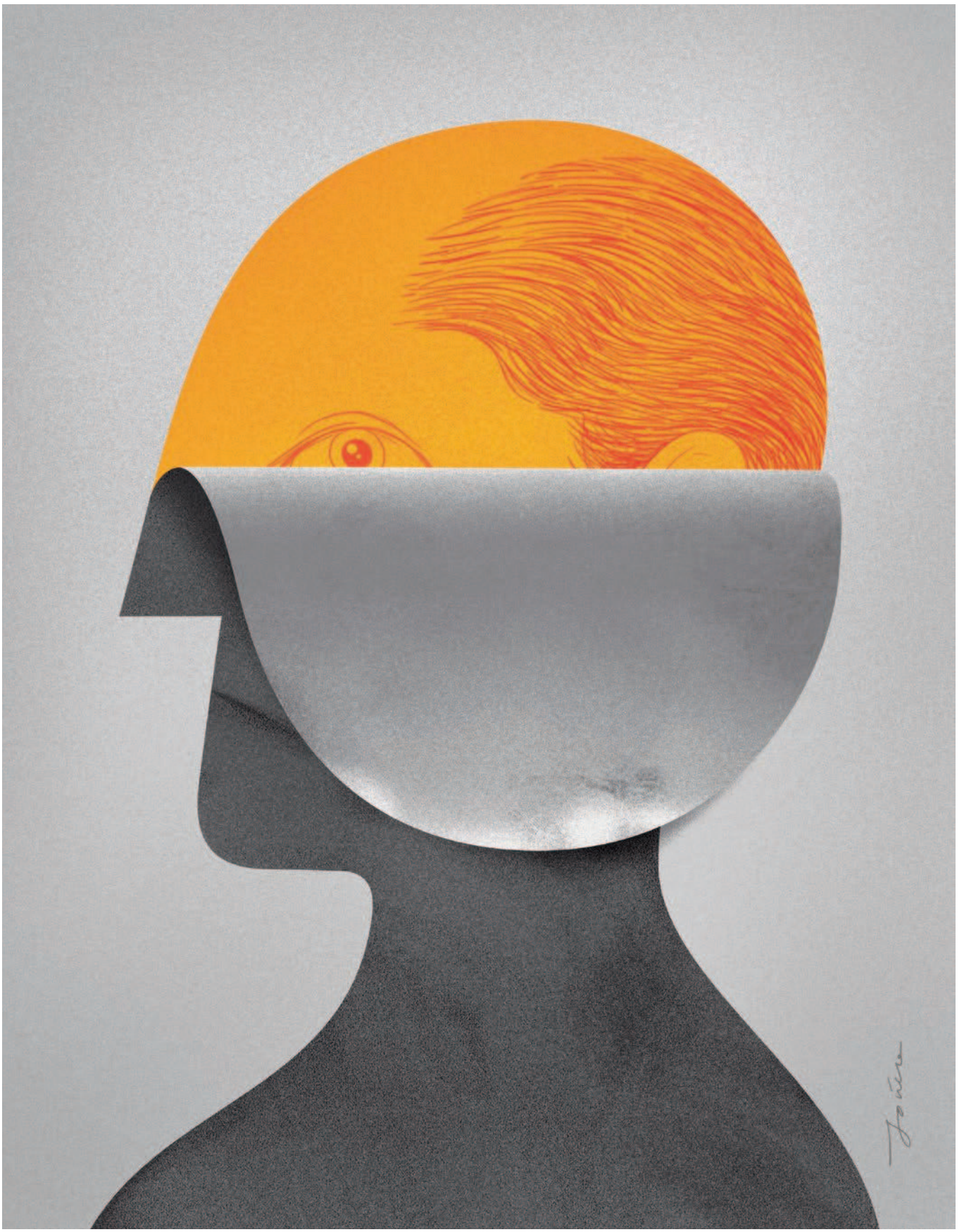
Lactovaginal® zaleca się stosować w celu przywrócenia lub uzupełnienia prawidłowej flory bakteryjnej pochwy:

- **przy występowaniu upławów,**
- **profilaktycznie,**
- **w stanach zapalnych narządów rodnych, po leczeniu lekami przeciwbakteryjnymi, przeciwrzęsistkowymi lub przeciwgrzybiczymi.**

LAUR KONSUMENTA 2012

Lactovaginal® kapsułki dopochwowe, twarde. SKŁAD: 1 kapsułka zawiera: pałeczki *Lactobacillus rhamnosus* 573 około 10^{10}, w tym nie mniej niż 10^{8} CFU. PRZECIWWSKAZANIA: Uczulenie na którykolwiek ze składników leku. DAWKOWANIE: Od 1 do 2 kapsułek na dobę przez 1 tydzień. PODMIOT ODPOWIEDZIALNY: IBSS BIOMED S.A., al. Sosnowa 8, 30-224 Kraków.

Przed użyciem zapoznaj się z ulotką, która zawiera wskazania, przeciwwskazania, dane dotyczące działań niepożądanych i dawkowanie oraz informacje dotyczące stosowania produktu leczniczego, bądź skonsultuj się z lekarzem lub farmaceutą, gdyż każdy lek niewłaściwie stosowany zagraża Twojemu życiu lub zdrowiu. M5LCV03081



PODRÓŻ DO OJCA

WEDŁUG PSYCHOLOGA STEVE'A BIDDULPHA JEŚLI MĘŻCZYZNA NIE ZASPOKOI GŁODU OJCA, NIE BĘDZIE SZCZĘŚLIWY, NIE BĘDZIE W PEŁNI MĘŻCZYZNĄ, A KOBIETA NIE ZNAJDZIE Z NIM SZCZĘŚCIA. ***ALE JAK TEN GŁÓD ZASPOKOIĆ?***

– W Polsce dużo mówimy o ojcach, przyklejamy im gębę. Ale nie rozmawiamy z nimi i to czas zmienić – mówi psychoterapeuta *Wojciech Eichelberger.*

Rozmawia BEATA PAWŁOWICZ Ilustracja PAWEŁ JOŃCA

Steve Biddulph w bestselerze „Męskość. Nowe spojrzenie" pisze, że przyczyną przemocy, nałogów, samobójstw i wypadków (także tych na drogach, związanych z ryzykowną jazdą) jest brak realnej relacji z ojcem. Dopiero gdy dorosły syn pozna ojca, spróbuje zrozumieć i być może wybaczyć mu – ma szansę stać się mężczyzną. Jeśli ojca nie zna, powinien go odnaleźć i skłonić do szczerej rozmowy. Jeśli zerwał z nim relację – wznowić ją. Ale czy to zawsze dobry pomysł? Przecież ojciec może być degeneratem, brutalem, egoistą?

Deficyt ojca jest rozpoznawany od lat jako problem dojrzewania mężczyzny, ja też piszę o tym w książce „Zdradzony przez ojca". Celem powrotnej podróży ku ojcu jest odzyskanie go rzeczywistego, jakikolwiek jest. Najbardziej istotne okazuje się odnajdywanie ojców wyklętych i próba podjęcia ich psychologicznej rehabilitacji. Nieobecność ojców ma szczególnie destrukcyjny wpływ na synów. Brak im wówczas urealnionych, opartych na bezpośredniej relacji wzorców męskiej egzystencji – męskiego losu – a tym samym nie mają możliwości ich zrozumienia. Syn może odnaleźć wzorzec męskości, tylko gdy traktuje relację z ojcem jako związek krwi. Czas obalić krzywdzący stereotyp, że prawdziwym mężczyzną stajemy się, wypełniając określone role. Można i trzeba być prawdziwym mężczyzną, zanim posadzi się drzewo, zbuduje dom i spłodzi syna, jak również wtedy, gdy z jakichś powodów nie zrobi się tego. Czas skończyć z definiowaniem męskości poprzez role i zacząć ją definiować poprzez wewnętrzne kompetencje zwane niegdyś cnotami charakteru. Analogicznie rzecz się ma, jeśli chodzi o kobiety. Większość ról jest też napisana na okoliczność związku mężczyzny i kobiety oraz rodzica i dzieci, a to sprawia, że recenzentami męskości stają się kobiety i dzieci, a recenzentami kobiecości – mężczyźni i dzieci. W efekcie tracimy wewnętrzny kompas i gwiazdę, która wyznacza nam kierunek w odnalezieniu misji własnej płci, tracimy zdolność do wewnętrznej, autonomicznej podróży.

Synom bardziej niż córkom szkodzi brak szczerej i dobrej relacji z ojcem?

Zdecydowana większość matek nie opuszcza dzieci. Dzięki temu córki mogą mieć żywe, urealnione doświadczenie ➤

WIĘKSZOŚĆ OPUSZCZONYCH SYNÓW SWÓJ ŻAL, POCZUCIE STRATY I TĘSKNOTĘ ZA OJCEM PRZYKRYWA NIECHĘCIĄ, ZŁOŚCIĄ, A NAWET POGARDĄ.

wzorca kobiecości. I gdy dorosną, naśladować go albo zwalczać. Mają się do czego odnieść. Synowie na ogół nie znają ojców. Muszą polegać na domysłach, wyobrażeniach, na wizerunku ojca stworzonym przez matki. A te – opuszczone, rozgoryczone – mają tendencję do przedstawiania synowi ojca w najgorszym świetle. Po pierwsze, po to, aby zniechęcić go do kontaktów z nim, co ma im zapewnić, wyłączność na synowską miłość, lojalność i wsparcie. Po drugie, po to, aby nie musieć brać swojej części winy i odpowiedzialności za rozpad małżeństwa. Rezultat jest taki, że syn nawet nie próbuje zakwestionować ani zweryfikować matczynej wizji ojca – odcina się od niego, czyniąc matkę ekspertem procesu przeistaczania się w mężczyznę. Wzorem męskości dla chłopca powinien być ojciec. Jeśli go zabrakło, odszedł, został wygnany i wyklęty, to zastępczym wzorcem stają się marzenia matki o idealnym mężczyźnie. A one niewiele mają wspólnego z męskością, bywają niespójne, a nawet sprzeczne. Dezorientują i zaburzają syna, czyniąc z niego infantylnego pazia, wykastrowanego misia albo nadmuchanego macho.

Ale może lepszy jest taki kobiecy wzorzec mężczyzny niż autentyczny, ale zdjęty z okrutnego, psychopatycznego ojca?

Wiele wskazuje na to, że realny kontakt nawet z takim ojcem jest lepszy niż noszenie w sercu znienawidzonego o nim wyobrażenia. Syn pozbawiony widoku realnego ojca – jakikolwiek by ten ojciec był – odcięty jest od prawdy o swoim męskim dziedzictwie, od źródła siły. I to się nie zmieni, póki nie zastąpi odrealnionych wyobrażeń o ojcu – opartych na migawkowych dziecięcych wspomnieniach i na oskarżeniach matki – realnym obrazem jego życia, sposobu myślenia i odczuwania. Niezwykle istotnym i koniecznym wymiarem tego procesu jest synowska rezygnacja z zapożyczonej od matki roli sędziego i recenzenta ojca. Syn musi wychodzić z mądrego założenia, że nigdy nie będzie wiedział o ojcu wystarczająco wiele, by móc go sprawiedliwie osądzić. Celem tej wyprawy nie jest też ocenienie ojca, ale poznanie go i zrozumienie. To wymaga determinacji, odporności i dojrzałości. Ale warto. Pod kostiumem złoczyńcy kryje się często wewnętrzna, ukryta mądrość i dobro. Odkrycie przez syna mądrego i dobrego aspektu „złego ojca" przywraca mu poczucie męskiej godności, siłę, radość życia i otwiera serce na miłość do własnego syna. Jakikolwiek by się ojciec wydawał, nawet jeśliby uciekał i odpychał – syn powinien się z nim spotkać i usłyszeć jego wersję ich wspólnego losu. Opuszczonemu synowi trudy podróży ku ojcu pomogą stawać się mężczyzną.

A jeśli syn nasiąknie złym wzorcem mężczyzny?

Unikając ojca, poprzestając na płytkim, stereotypowym poziomie kontaktu z nim, przed złym wzorcem nie ucieknie. Przeciwnie, nieświadomie – wprost lub przez zaprzeczenie – przejmie ten wzorzec. W ten sposób porzucony przez ojca syn realizuje niedającą się wykorzenić potrzebę kochania i szanowania go. Niestety, nie dowie się wtedy, że przebrał się tylko w ojcowski kostium pozorów, a prawdy o nim nie dotknął. Tylko poznając i urealniając ojca, syn może trafnie rozpoznać to, co z ojcowskiego wzorca może mu się w życiu przydać, a co ma sobie darować, bo to potrzebne było ojcu w jakimś szczególnym czasie, miejscu i okolicznościach. Może też wtedy rozpoznać, jakie ojcowskie rozwiązanie powoduje więcej cierpienia niż pożytku. Krótko mówiąc, póki syn nie pozna ojca, to nie ogarnie, nie zrozumie i nie przekroczy swojego negatywnego dziedzictwa. Zamiast rozmawiać o ojcach – czas zacząć rozmawiać z ojcami.

Pierwszy krok w stronę ojca to przyznanie się do żalu, że go nie było, do tego, ile się traci, że nadal nie ma się z nim dobrych relacji.

Większość opuszczonych synów swój żal, poczucie straty i tęsknotę za ojcem przykrywa niechęcią, złością, a nawet pogardą: „Uff, jak to dobrze, że się odciąłem od tego fatalnego gościa". Odcięcie się od tych uczuć ma chronić przed bólem i wspierać ślepą, bezkrytyczną lojalność wobec matki – w istocie nie pozwala młodemu mężczyźnie poznać prawdy o sobie, o ojcu i o matce. Ubocznym skutkiem podróży syna ku ojcu jest zaprzestanie idealizowania matki. Co korzystnie wpływa na jego relacje z kobietami.

Biddulph pisze o synu, który myślał, że jego ojciec jest nieudacznikiem, bo nie zdecydował się założyć firmy z sąsiadem. Kiedy jako mężczyzna zapytał o to ojca, usłyszał, że sąsiad był hazardzistą i ojciec nie chciał ryzykować bezpieczeństwa rodziny.

Nakłoniłem i przygotowałem do spotkania z nieobecnymi i zaginionymi ojcami wielu mężczyzn – by mogli poznać ojcowską wersję i ojcowski wpływ na ich losy. Na ogół – gdy docierało do nich, że brak ojca, odrzucenie go sprawia, że nie wiedzą, kim są i co dziedziczą, że budują swoją tożsamość

w powietrzu – z determinacją i wiarą, nieustraszeni wyruszali na tę trudną wyprawę. Z reguły odkrywali, że ich ojcowie mieli przyprawioną im przez matkę gębę potwora, nieudacznika, impotenta, idioty. Jakaż to ulga i radość dla syna odkryć, że to nieprawda! Mamie wygodniej było oskarżyć i osądzić ojca, niż uderzyć się w pierś i przekraczać swoje wady i słabości. Najlepiej byłoby, gdyby matki nie wtrącały się w relacje synów z ojcami, którzy odeszli...

Czy wielu synów odkrywa, że ojciec miał przyprawioną gębę?
Większość. Dlatego z pełną odpowiedzialnością zachęcam do szukania i poznawania ojców. Zazwyczaj mężczyźni przychodzą do psychoterapeuty z problemem w relacji z partnerką. Szybko jednak okazuje się, że korzenie tych problemów tkwią w ich relacji z matką. Po jakimś czasie dochodzimy do tego, że problemy z matką spowodowane są nieobecnością ojca. Wtedy ujawnia się silny konflikt lojalności: „Jeśli zwrócę się w stronę ojca, to zdradzę mamę, dla której jestem wsparciem i nadzieją". Syn musi wtedy zrozumieć swój udział w tym, że relacji z ojcem nie ma: „Wprawdzie ojciec odszedł, matka zagrodziła do niego drogę, ale ja też opuściłem go, zrezygnowałem z niego". Często potrzebna jest synom pomoc, by nie zrezygnowali, by nie zabrakło im determinacji w nawiązaniu relacji z ojcem. Odnaleziony ojciec często unika poważnej rozmowy i to przez lata. Warto wtedy zastanowić się dlaczego. Odkryjemy wtedy, że nasi ojcowie to też synowie opuszczeni przez ojców, że mamy do czynienia z rodzajem klątwy, która jak wadliwe DNA przechodzi z pokolenia na pokolenie. Syn powinien na wstępie wziąć w nawias swoje uprzedzenia, interpretacje i wyobrażenia o ojcu. Otworzyć się na jego wersję – bez oceniania i dyskusji. I rozmawiać z ojcem bez świadków. Mieć dużo czasu.

Biddulph pisze, że syn szczerze i otwarcie powinien powiedzieć ojcu, jak bardzo cierpiał z tego powodu, że ojciec postępował tak, jak postępował.
To konieczne. Ojciec musi wysłuchać, jak syn się czuł. Dzięki temu skrzywdzony chłopiec ukryty w jego dorosłym synu poczuje się wreszcie dostrzeżony, wysłuchany i ważny. To otwiera drogę do partnerskiej rozmowy, w której często okazuje się, że np. ojciec nie odszedł od mamy z własnej woli, że czuł się do tego zmuszony, że nie chciał znosić dłużej upokorzeń – a potem przez matkę, a nierzadko również przez sąd został odcięty od dzieci. Świat miałby się lepiej, gdyby rozstający się rodzice i sądy pamiętały o świętym prawie dziecka do obojga rodziców.

W książce znajdziemy też historię syna, który po latach odrzucenia i negacji ojca docenił to, co ten mu dał, choćby finansując studia. Chciał mu podziękować, a wtedy usłyszał: „Piłeś?!"
Zazwyczaj syn odkrywa, że jego ojciec robił, co mógł, czyli ciężko pracował, żeby zaspokoić jego podstawowe potrzeby: jedzenie, dom, wykształcenie. Na nic więcej nie starczyło mu czasu, sił ani pomysłu. Syn może zdać sobie sprawę, że nie doceniał starań ojca, że „praca to miłość, której nie widać". Ojciec pyta: „Czy piłeś?", bo nie widzi powodu do takiej wdzięczności. To oczywiste, że ojcowie wypruwają sobie żyły, by dopełnić przynajmniej ekonomiczny wymiar ojcostwa.

Biddulph mówi też: „Naucz się kochać ojca w sobie".
Żeby to było możliwe, trzeba najpierw poznać swojego ojca. Taka wyprawa jest ważna także dla córek. Kiedy napisałem „Zdradzonego przez ojca", na spotkaniach często podchodziły do mnie kobiety i mówiły, że czas napisać „Zdradzoną przez ojca". To bardzo ważne, aby córki wychowywane przez matki wyrwały się z ich emocjonalnego monopolu. Mogły zweryfikować fałszywe przekonanie – że nie zasługują na miłość mężczyzny, skoro nawet ojciec je porzucił. Mogą się dowiedzieć, że wcale nie porzucił, że szukał kontaktu, ale matka zbudowała mur między nim a córką. Mogło być tak, że usłyszał od niej: „Urodzę to dziecko, ale ty zapomnij, że jesteś jego ojcem". Trudno spodziewać się, że matka otwarcie powie córce, że wygoniła ojca. Wygodniej stwierdzić, że: „sk.....yn sobie odszedł".

Przyznam się, że czytając „Męskość...", płakałam.
Ta książka w innym świetle stawia ojców, pokazuje, że jest w nich morze cierpienia, że często padają ofiarą niesprawiedliwych ocen. Może ta książka pomoże także innym kobietom spojrzeć na mężczyzn z większym zrozumieniem, bardziej ich docenić. Potrzebna jest nam kampania społeczna „Powrót do ojca" albo „Father Quest". To misja Fundacji Masculinum. ●

ZDJĘCIE: KRZYSZTOF OPALIŃSKI.

WOJCIECH EICHELBERGER *psycholog, psychoterapeuta i trener, autor wielu książek, współtwórca i dyrektor warszawskiego Instytutu Psychoimmunologii; www.ipsi.pl*

Świat najeżony kolcami

OD KIEDY MEDIA ZACZĘŁY NAGŁAŚNIAĆ ZJAWISKO TEJ CHOROBY, DUŻO LUDZI NAZYWA DEPRESJĄ PRAWIE KAŻDY STAN SMUTKU. Kiedy umiera nam bliska osoba i bardzo cierpimy, często mówimy: „Mam depresję", a tak naprawdę to przeżywamy żałobę, która jest żalem, tęsknotą i samotnością. To nie „głowa" nam zachorowała, ale w życiu stała się smutna rzecz – mówi terapeutka *Ewa Woydyłło.*

Rozmawia TERESA SOŁTYSIAK Ilustracja PATRYK MOGILNICKI

Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) bije na alarm, że do 2020 roku depresja będzie drugą, po niewydolności krążenia, najczęściej diagnozowaną chorobą w krajach najbardziej rozwiniętych ekonomicznie. Choroba, która niszczy motywację do życia, przybiera już rozmiar epidemii?

Depresja jest jedną z najgroźniejszych chorób cywilizacyjnych, ale, niestety, sami sobie jesteśmy winni. Zatraciliśmy umiejętność konstruktywnego radzenia sobie ze stresem, nie potrafimy stawiać czoła wyzwaniom, jakie niesie życie. Często nadużywamy słowa „problem" – negatywnie nacechowanego i kojarzącego się z ogromnym mozołem, łamigłówką trudną do rozwiązania. Zatem postrzegamy życie jako pasmo „problemów", a nie zadań do wykonania, do których przecież w większości sprowadza się nasza egzystencja na różnych jej etapach. Kiedyś człowiek żył pod dyktando natury i miał takie stresy, które nam się nie mieszczą w głowie. Mówiąc metaforyczne; na prawie każdym rogu czyhał na niego drapieżnik albo zagrażał kataklizm.

Walka o przeżycie nie tylko własne, ale też całej rodziny, za którą ponosiło się odpowiedzialność, rzeźbiła charakter?

Tak, a dziś rozleniwiają nas wygody i dobrobyt. W zdecydowanej większości mamy dach nad głową, ciepłą wodę w kranie, ogrzany dom, a gdy znajdziemy się na zakręcie życia – darmowe jedzenie. Przejeżdżam często ul. Miodową w Warszawie i uderza mnie widok mężczyzn w sile wieku, którzy stoją przed kościołem Kapucynów jak w epoce Gierka po mięso, tyle że po darmową zupę. Oni według brutalnych, „darwinowskich" zasad życia nie powinni przeżyć w stanie takiej bierności. Jesteśmy stworzeni, by aktywnie funkcjonować w świecie, co oznacza efektywne radzenie sobie z przeciwnościami życia. A nas dzisiaj w większości trawi choroba mentalna – oderwaliśmy się od natury. Jesteśmy manipulowani i zewnętrznie sterowani – nasze przeważnie sztucznie rozdęte potrzeby kreują popkultura, media i reklama. Żyjemy zanurzeni w świecie tak materialnym, że pojęcie duchowości zostało z niego prawie wyparte.

W tej przestrzeni słowo „depresja" stało się modne i jest chyba nieco nadużywane?

Ostatnio depresję diagnozuje się zbyt często. Od kiedy media zaczęły nagłaśniać zjawisko tej choroby, dużo ludzi na wyrost nazywa depresją każdy prawie stan smutku. Na przykład kiedy umiera nam bliska osoba i bardzo cierpimy, często mówimy: „Mam depresję", a tak naprawdę to przeżywamy żałobę, która jest żalem, tęsknotą i samotnością. To nie „głowa" nam zachorowała, ale w życiu stała się smutna rzecz. Depresja natomiast jest bardzo ciężką chorobą mózgu; brakiem równowagi biochemicznej. Rodzajem niewydolności centralnego systemu nerwowego. Nie jest on w stanie ➤

MAMY TYLE OBRAZÓW DEPRESJI, ILE PACJENTÓW NIĄ DOTKNIĘTYCH.

uruchomić syntezy neuroprzekaźników odpowiedzialnych za nasze dobre samopoczucie i przypływ energii do życia. Depresja przejawia się przewlekłym stanem zniechęcenia i apatii. Zapadamy się w sobie, pogrążamy się w bezczynności i izolujemy się od ludzi.

Jak możemy uchronić się przed depresją?
Ważna jest profilaktyka zdrowia psychicznego, która zaczyna się od kołyski. Już rodzice, mądrze wychowując dzieci, mogą je ustrzec przed zaburzeniami psychicznymi. Wojciech Eichelberger trafnie napisał, że szczęśliwe dzieci wychowują szczęśliwi rodzice. Najważniejsze, by być dobrym wzorem, bo dziecko nie robi tego, co my mówimy, ale robi to, co my robimy. Trzeba przygotować je zawczasu na trudy życia, oswoić z porażką, ale też pokazywać, że prawie wszystkie przeszkody są do pokonania. Ciemna strona życia nie dominuje.

Czeski pisarz Bohumil Hrabal napisał kiedyś: „Życie jest straszne, ale ja postanowiłem, że jest piękne".
Bo tylko od nas samych i od sposobu, w jaki zostaliśmy wychowani, zależy, jak postrzegamy świat. Kluczem do harmonijnego funkcjonowania w życiu jest praca nad sobą i nieuleganie czarnowidztwu. Niestety, u nas w Polsce nie jest z tym najlepiej. Jesteśmy narodem smutasów. Ludzi, dla których niezadowolenie z życia i z siebie jest częścią tożsamości. Już rodzice, często dziś nie mając czasu dla dzieci, utwierdzają je w przekonaniu, że nie zasługują na uwagę i troskę. Autorytarna szkoła też nie jest miejscem przyjaznym – uczy się bać, wpędza w kompleksy i nadmiernie stresuje. Człowiek dorasta w przekonaniu, że świat jest najeżony kolcami. Nic dziwnego, że na depresję chorują już nie tylko nastolatki, ale także małe dzieci.

Czy istnieje gen depresji?
Naukowcy nie są jednoznaczni w ocenie, czy przychodzimy na świat z takimi predyspozycjami. Niewątpliwie jednak według badań nad depresją dziecięcą, w których przewodzą Kanadyjczycy, maleńkie dzieci, których matki chorują na depresję, też ją mają. Tylko że to wcale nie musi być obciążenie genetyczne, a raczej wyuczony sposób postrzegania świata. Dzieci depresyjnych matek czują się winne ich rozpaczy. Kiedy ktoś bliski zmaga się z depresją, to aura całego domu staje się mroczna. Chorują wszyscy, ponieważ rodzina to system naczyń połączonych. Smutny dom wychowa na ogół smutne dzieci. Dlatego też bardzo ważne w profilaktyce zdrowia psychicznego jest odizolowanie się od toksycznych osób i otaczanie się pogodnymi, empatycznymi, pozytywnie nastawionymi do życia ludźmi. Życzliwe otoczenie i możliwość otwartej rozmowy o swoich problemach są często ważniejsze niż późniejsza interwencja psychologa czy psychiatry.

Jak odróżnić stan przejściowego przygnębienia od depresji?
Jeżeli stan obniżonego nastroju trwa nieprzerwanie przez dwa tygodnie, powinniśmy iść do lekarza. Mówiąc za Freudem: gdy nie jesteśmy zdolni do dwóch funkcji – kochania i pracowania. W Niemczech co trzecia osoba, która zgłasza się do lekarza pierwszego kontaktu, dostaje skierowanie do psychologa. To są najczęściej pacjenci z objawami chorób psychosomatycznych. Nie mają np. apetytu, boli ich kręgosłup; źle się czują, ale nie wiedzą, co im dolega. By przywrócić im funkcje witalne, zaleca się rekreację ruchową, czytanie książek, słuchanie muzyki. W naszej służbie zdrowia takie przypadki najczęściej załatwia się pigułkami. Jaki lekarz, gdy powie mu pani o częstym i uporczywym bólu głowy, zaleci szybki marsz przez godzinę?

Dlaczego terapia ruchem jest ważna?
Gdy się ruszamy, w dobrze dotlenionym mózgu wzrasta stężenie neuroprzekaźników i wydzielają się endorfiny zwane hormonami szczęścia. Endorfina to skrót od endogenicznej, czyli naszej własnej, powstającej wewnątrz naszego organizmu, morfiny. Mówiąc prosto, to taka wewnętrzna produkcja radości życia i znieczulenia na ból istnienia. Kiedy mamy zmartwienie i zszargane nerwy, to trzeba wstać, założyć buty i iść na szybki spacer. To naprawdę pomaga. Zaniedbanie ruchowe czy nieumiejętność innych sposobów relaksowania to najprostsza droga, by wpaść w czarną dziurę apatii. Musimy zrobić wszystko, by nie dopuścić do rozwoju choroby.

EWA WOYDYŁŁO-OSIATYŃSKA *doktor psychologii i terapeuta uzależnień. Autorka wielu książek i przekładów. Spopularyzowała w Polsce leczenie oparte na modelu Minnesota, bazującego na filozofii Anonimowych Alkoholików.*

Jednak gdy nie jesteśmy sobie już w stanie pomóc, depresja przybiera ciężką postać i mamy myśli: „Gaz czy sznurek?”. Chyba tylko tabletka jest ostatnią deską ratunku?
W Niemczech nawet gdy ktoś jest już ludzkim wrakiem, po kilku próbach samobójczych, przy przyjęciu na oddział leczenia depresji dostaje dres i buty do biegania. W dobrych szpitalach psychiatrycznych, by chorych przywrócić do życia, stosuje się najrozmaitsze formy terapii. Leczenie farmakologiczne, psychoterapię, leczenie alternatywne; muzykoterapię, aromaterapię, jogę, leczenie snem, ruchem, dietą itp.

Bezsensowne są rozważania nad wyższością jednej metody terapii nad drugą?
Człowiek jest całością, nie można oddzielić jego psychiki od ciała. Każdy też choruje inaczej, każdego należy traktować indywidualnie i stosować kompleksowe metody leczenia.

W Ameryce jednak króluje „kultura tabletki”.
Wiarę, że środki psychotropowe są w stanie rozwiązać wszystkie nasze problemy, uważam za naiwną i samobójczą. To droga na skróty, która kończy się ślepym zaułkiem. Pigułka nigdy nie zastąpi pracy nad sobą. Polecam świetny film „Panaceum”, który pokazuje, w jaki sposób można wpaść w pułapkę lekomanii. Winę za to w dużej części ponoszą psychiatrzy, którzy nie tłumaczą pacjentom: masz stres; postaraj się rozwiązać go samodzielnie, rozmawiaj z ludźmi, nawiązuj bliskie relacje, naucz się relaksować; biegaj, pływaj. Zamiast tego lekarze diagnozują depresję i zapisują pigułki. Zdejmują z ludzi odpowiedzialność za złe samopoczucie. Robią to, oczywiście, dla pieniędzy. Ich mecenasem jest przemysł farmaceutyczny. To niezwykle bogate i wpływowe lobby zmanipulowało opinię publiczną i wmówiło, że wszystkie zaburzenia psychiczne są faktycznie chorobami mózgu wymagającymi leczenia farmakologicznego. Zatem mamy, od lat 80., złoty wiek farmakopsychiatrii.

W ten sposób epidemia depresji zatacza coraz szersze kręgi?
Jeżeli doprowadzimy do zaniku mięśni, to trudno nam je będzie odbudować. Podobnie dzieje się z naszym mózgiem. Jeżeli zaburzymy jego naturalne sprawności biochemiczne, rozleniwimy go poprzez pigułki i przyzwyczaimy do funkcjonowania na zwolnionych obrotach, to wpadniemy w chroniczny stan depresji. To zjawisko występuje już nagminnie w społeczeństwie amerykańskim, w którym tabletkami faszeruje się nawet niemowlaki! Kiedyś przeczytałam, że gdyby Beethoven, który był nadwrażliwym dzieckiem, żył dzisiaj w Ameryce, to już w dzieciństwie byłby na lekach psychotropowych i co najwyżej zdobyłby kwalifikacje do pracy na poczcie. Mógłby się z tego utrzymywać, ale z przerwami na okresowe leczenie w szpitalu psychiatrycznym.●

ZDJĘCIE: ZOSIA ZIJA I JACEK PIÓRO.

reklama

Sosy Łowicz królują na talerzach

Numer 1 wśród sosów!*
Polacy wybierają je najchętniej, ponieważ znają ich jakość. Aromatyczne zioła, jędrne warzywa i przyprawy to spełniona obietnica doskonałego posiłku. Po co eksperymentować, jeśli możesz mieć Łowicz?

ŁOWICZ Samo najlepsze

*wg Nielsen, udziały wartościowe na rynku sosów, YTD '13

wiedza TO ZA MAŁO

JAKA JEST POLSKA SZKOŁA NA PROGU NOWEGO ROKU SZKOLNEGO? CO FUNKCJONUJE BEZ ZARZUTU, A CO TRZEBA ZMIENIĆ?

O szkolnej rzeczywistości widzianej od środka mówi dyrektorka III LO im. św. Jana Kantego w Poznaniu *Katarzyna Kordus.*

Rozmawia ALINA GUTEK Ilustracja GOSIA HERBA

Na ostatnim Kongresie Edukacji Polskiej dominował ton zadowolenia. Zewsząd słychać jednak narzekania na polską szkołę. Przyłącza się pani do tego chóru?
Gdybym miała patrzeć na szkołę z perspektywy przepisów, które regulują jej funkcjonowanie, to może byłabym sceptycznie nastawiona do swojej pracy. Jednak cały czas pamiętam o tym, że jestem przede wszystkim nauczycielem. A ponieważ świadomie wybrałam ten zawód i przez 21 lat staram się sensownie go wykonywać, to po prostu nie narzekam, tylko działam. Zauważam trudności, potrafię je zdefiniować, wiem, kiedy zapis prawny służy dobremu funkcjonowaniu szkoły, a kiedy nie. Ale też szukam pomysłów, jak te trudności rozwiązać, co zrobić, żeby mimo sztywnych procedur dać szansę rozwoju naszym uczniom. Może to niełądnie nazywać uczniów czy rodziców klientami, ale tak jest – oni są moimi klientami, a ja, pełniąc funkcję dyrektora, muszę przedstawić im najlepszą ofertę edukacyjną.

To w polskiej oświacie bardzo rzadka optyka.
Ale przecież bez rodziców i uczniów my, nauczyciele, nie mielibyśmy pracy. Posiadamy status funkcjonariuszy publicznych, ale przede wszystkim pełnimy funkcję służebną wobec uczniów. Myślę, że jest wielu nauczycieli, którzy mają świadomość tego, że czas spędzony z uczniami ma służyć przede wszystkim ich rozwojowi. Podkreślić należy, że my też dużo od nich czerpiemy, bo praca z młodymi ludźmi to obopólna wymiana nie tylko wiedzy, doświadczeń i umiejętności, ale też dobrej energii, z której rodzi się wiele pomysłów.

Szkoła nadąża za zmianami, jakie niesie świat?
Często powtarzam moim uczniom, że dzisiaj jedyną stałą jest zmiana i w związku z tym wszyscy musimy się do tego przystosować. Najważniejsza zmiana, jaka dotyczy nauczycieli, polega na tym, żeby zejść z pozycji nauczycieli wszechwiedzących, którzy wymagają encyklopedycznej wiedzy. Nauczyciel powinien być przewodnikiem nastawionym na interdyscyplinarność, takim konstruktorem, który uczy młodego człowieka, jak budować wiedzę, który zdaje sobie sprawę z tego, że uczeń pozyskuje tę wiedzę z bardzo różnych źródeł, nie tylko w szkole. Powinien umieć pokazać uczniom, że to, czego nauczą się na lekcjach, może przydać się w życiu. Młody człowiek natomiast powinien umieć konstruować swoją wiedzę tak, żeby przyrost wszystkiego, co nabywa, był naturalny, zgodny w jakiejś mierze z jego osobowością, a na pewno zgodny z jego pasjami. Dlatego trzeba pomóc uczniowi w poznaniu siebie, jego preferencji i predyspozycji.

Jak to robić?
W naszym liceum sprawdzamy na przykład style percepcji uczniów. Chcemy, żeby poznali swój dominujący styl uczenia się. A wszystko po to, żeby zarówno oni, jak i nauczyciele wiedzieli, jakimi metodami każdy z uczniów może najskuteczniej się uczyć. Okazuje się, że słynne zdanie Konfucjusza: „Słyszę i zapominam, widzę i pamiętam, działam i rozumiem", można wykorzystać dla spełnienia potrzeb współczesnej generacji młodzieży, wśród której jest wielu kinestetyków, czyli ludzi uczących się głównie poprzez działanie albo przeżywanie. Na początku każdego roku szkolnego obserwuję w klasach pierwszych duże różnice w percepcji między uczniami zainteresowanymi naukami matematycznymi czy przyrodniczymi a uczniami o preferencjach humanistycznych. Mimo że realizuję te same zagadnienia podczas zajęć dydaktycznych zgodnie z podstawą programową i programem nauczania, to wiem, że w poszczególnych klasach muszę różnicować swoje działanie, posłużyć się inną metodą.

Dobry nauczyciel to podstawa. Tymczasem nadal trudno zwolnić tego złego, bo Karta nauczyciela wiąże dyrektorom ręce.
Czasem rzeczywiście karta nie pozwala podjąć istotnej decyzji. Jeśli jakiś nauczyciel nie świadczy pracy na odpowiednim poziomie, to nie może być tak, że istnieje dokument, który blokuje jakikolwiek ruch dyrektora. Zawód nauczyciela wiąże się z ogromną odpowiedzialnością. Dla rozwoju młodego człowieka ważny jest każdy miesiąc, każdy dzień, każda lekcja, która powinna być swego rodzaju spektaklem, zaś nauczyciel powinien go umiejętnie reżyserować, żeby rozbudzać ciekawość poznawczą ucznia. Ale muszę to podkreślić – znam wielu świetnych, oddanych nauczycieli podejmujących zadania dodatkowe, nie tylko wynikające z tak zwanych godzin karcianych (nakładanych przez Kartę nauczyciela), bo to oczywiste, ale także związanych z pisaniem programów autorskich, z działalnością wychowawczą i profilaktyczną szkoły. Niezwykle ważne są tak zwane projekty edukacyjne, bo to przy ich realizacji młodzi ludzie nabywają kompetencji społecznych.

Znam nauczycieli, którzy uważają, że to strata czasu.
Nic podobnego! Uczniowie dostają z poszczególnych przedmiotów propozycje tematów, zagadnień do zbadania, ale sposób badania zależy od nich. Pracują w małych grupach, sami dzielą się rolami zgodnie ze swoimi preferencjami. To zadanie rozciągnięte w czasie, które wymaga dotrzymywania terminów, wymiany informacji, współpracy, porozumiewania się każdego z każdym, czasem z kimś z zupełnie innej bajki, kto słucha innej muzyki, ma inny światopogląd.

Wśród wielu nauczycieli pokutuje przekonanie, że najważniejszym ich zadaniem jest przekazanie wiedzy.
Wiedza przedmiotowa w zakresie spełniania standardów egzaminacyjnych jest, oczywiście, ważna, o tym nauczyciele ➤

WE WSPÓŁCZESNEJ SZKOLE WSPARCIA POTRZEBUJĄ UCZNIOWIE, RODZICE, ALE TAKŻE NAUCZYCIELE.

nie mogą zapominać. Ale wiedza to za mało. Dzisiaj równie ważne są tak zwane umiejętności kluczowe (między innymi planowanie pracy, skuteczne porozumiewanie się, współdziałanie w grupie), których realizację postuluje także podstawa programowa. Nauczyciele, którzy to rozumieją, są niezwykle cenni dla polskiej szkoły. Wykonując ten zawód, trzeba też pamiętać o tym, że ludzie są różni, że każdy ma prawo do swojej odmienności. Takie właśnie postawy nauczycieli młodzi ludzie cenią najbardziej. Sądzę, że dobry nauczyciel to ten, który ma ambicję nieustannie budzić w swoich wychowankach ciekawość poznawczą, i jednocześnie ten, który chce przekazać niewymierne wartości, takie jak radość ze spotkania z drugim człowiekiem. Tak rozumiana edukacja może być nie lada przygodą.

Moje doświadczenie z liceami pokazuje, że nie uwzględnia się tam potrzeb ucznia, nie mówiąc o poszanowaniu jego uczuć.
Wiem, o czym pani mówi, ale proszę mi wierzyć, że w wielu szkołach potrzeby emocjonalne młodego człowieka są priorytetem. Uczniów, którzy borykają się z różnymi problemami, także rodzinnymi, staramy się otoczyć opieką psychologiczną. Dużym problemem jest obecnie kryzys rodziny, który odbija się na młodych ludziach. Jest wielu wspaniałych, mądrych rodziców, ale, niestety, coraz więcej jest też nieprzygotowanych do odgrywania tej roli. Bywa, że przerzucają swoje zadania na dzieci. Młody człowiek czuje się wtedy bardziej odpowiedzialny za rodzinę aniżeli dorosły.

Szkoła może przyjść z pomocą także rodzicom?
Oczywiście. Taka pomoc jest udzielana. Podkreślę jednak, że we współczesnej szkole już trzy grupy potrzebują wsparcia: nie tylko uczniowie i rodzice, ale także nauczyciele, bo to zawód, który wymaga dużej siły i niekiedy determinacji. Jeśli jej zabraknie, nauczyciel może popaść w nihilizm pedagogiczny. A ja uważam, że nieszczęśliwy człowiek nie może pracować w szkole, ponieważ nie jest w stanie zbudować w młodym człowieku wiary w sukces.

Większość nauczycieli narzeka, między innymi na zarobki.
Bo zarobki są rzeczywiście niewspółmierne do odpowiedzialności i wysiłku, ale uważam, że nie ma sensu narzekać, bo to po prostu nic nie da, a może wyłącznie wpływać na zaniżone poczucie własnej wartości. Nauczycielom potrzebne jest wsparcie psychologiczne z innego powodu – ponieważ powinni mieć siłę do rozwiązywania trudnych sytuacji wychowawczych. Mało kto sobie uświadamia, że na co dzień obcujemy z emocjami ucznia, że powinniśmy umieć mu pomóc, więc sami też potrzebujemy jakiegoś przewodnika, który by nas uczył, jak na nowo się odbudowywać.

Ma pani jakieś rady dla rodziców, którzy gubią się w swoich rodzicielskich rolach?
Powinni przede wszystkim kochać i swoją miłość okazywać, zapewniać, że dziecko zawsze może na nich liczyć. I po drugie – mądrze wymagać, czyli najpierw rozpoznać preferencje dziecka, a później pomóc w dokonaniu właściwego wyboru, np. szkoły, nigdy natomiast nie przymuszać, bo często rodzice chcą realizować poprzez dziecko swoje niespełnione ambicje, a w ten sposób tylko je krzywdzą. Nie powinni bać się zwrócić o pomoc do szkoły; razem z wychowawcą, pedagogiem czy psychologiem łatwiej jest zaradzić problemom. Nie zawsze też trzeba wierzyć we wszystko, co młody człowiek mówi, bo w tym wieku wiele spraw się hiperbolizuje. Dlatego powinniśmy jego wersję weryfikować w mądry sposób, to znaczy poprzez rozmowę z nauczycielami.
Namawiałabym do stawiania granic, ponieważ ich brak powoduje, że dziecko się gubi. To ważne także w stosunku do nastolatka. Rodzice powinni obserwować dziecko. Pewne niepokojące symptomy można zauważyć dość wcześnie, a rodzice, niestety, nie zawsze to potrafią. A w dobie dzienników elektronicznych wcale nie chodzi tu o oceny niedostateczne, ale o sytuacje o wiele bardziej poważne, kiedy dziecko przeżywa bardzo trudne emocje i sobie nie radzi, a rodzice tego nie dostrzegają. Kiedy siedem lat temu mój syn wybrał poznańskie liceum, a mieszkaliśmy wtedy sto kilometrów od Poznania, zaczęłam szukać pracy w Poznaniu, bo nie wyobrażałam sobie zostawienia go bez opieki i mojego wsparcia, ale i bez stawiania wymagań. Uważam, że my, dorośli, jesteśmy bardzo dzisiaj potrzebni młodym ludziom. I jako rodzice, i jako nauczyciele. ●

KATARZYNA KORDUS *obecnie dyrektorka III LO im. św. Jana Kantego w Poznaniu, polonistka; w latach 90. doradca metodyczny nauczania języka polskiego oraz edukator programu Nowa Szkoła.*

ZDJĘCIE: AGNIESZKA MEISSNER.

KONKURS

rozważnie lub romantycznie

Pokaż nam swój styl

KONKURS

WP.PL

Wejdź na **dom.wp.pl** i wygraj cenne nagrody

dom.wp.pl

zwierciadło

poleca cykl

FELIETONY

Bestseller 2013

O miłości i upływie czasu.
Hałasie i ciszy. Mężczyznach i kobietach.
Kwiatach i biedronkach.

Tomasz Jastrun pisze o rzeczach ważnych i o tych – z pozoru – błahych. A pisze tak, że nie sposób oprzeć się lekturze.

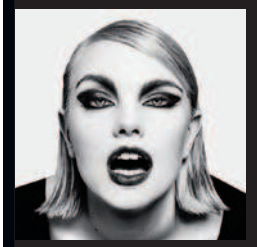
Subtelny i wyrafinowany humor w najlepszym wydaniu.
Cenne refleksje i znakomite puenty...

To książka, w której znakomity aktor objawia swój kolejny talent – literacki. Świat oczyma Macieja Stuhra może wydawać się światem odbitym w krzywym zwierciadle – ale bez wątpienia wart jest poznania.

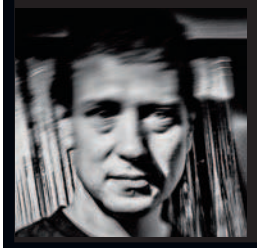
35% taniej na www.ksiegarnia.zwierciadlo.pl

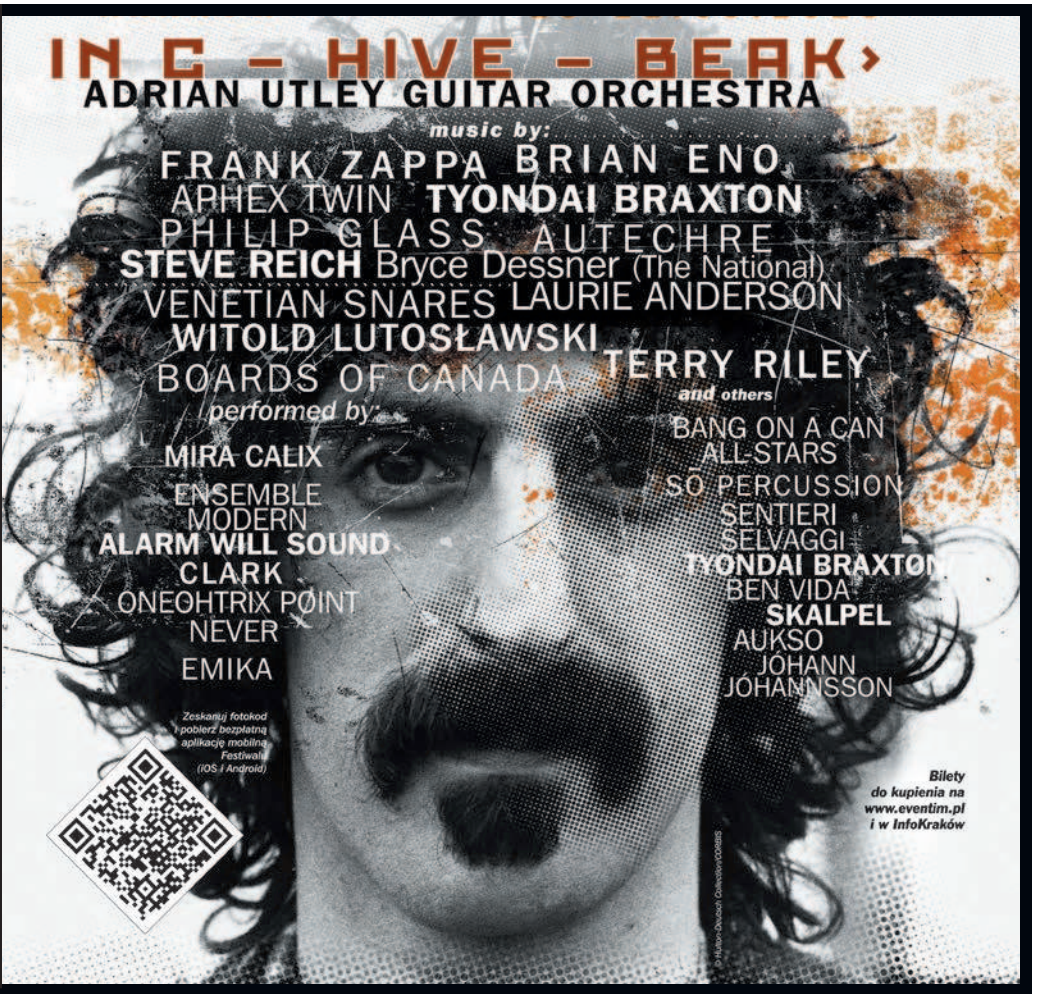
KULTURA

Co zobaczyć, przeczytać, czego posłuchać, gdzie iść? Wybór najciekawszych premier miesiąca.



Od góry: Adrian Utley, Emika i Igor Pudło ze Skalpela. Po prawej: Frank Zappa na plakacie tegorocznego Sacrum Profanum.





Sacrum Profanum w Krakowie **15-22 września** www.sacrumprofanum.com

Zmiany, zmiany, zmiany. Tym razem ruszył już w czerwcu, kiedy koncert teaser, zapowiadający cały wrześniowy festiwal, zagrał w Krakowie zespół Portishead. Zmieniło się jego charakterystyczne logo, ale też formuła. Nie będzie już edycji narodowych, do historii przechodzą słynne cykle koncertów i muzyczne objawienia budowane wokół twórczości kompozytorów z danego kraju. To znak, że Sacrum Profanum nie potrzebuje już sztywnych programowych ram. W ciągu 11 lat z lokalnego wydarzenia, zorganizowanego w miejsce przeniesionego do Warszawy Festiwalu Krzysztofa Pendereckiego, przekształcił się w liczącą się w świecie, pokazywaną przez BBC, opisywaną w „Timesie" imprezę. Imprezę, która sacrum miesza z profanum, muzykę klasyczną z elektroniczną, popkulturę z alternatywą i kulturą wysoką. Wiernej festiwalowej publiczności nie jest w stanie zaskoczyć już nic, nawet didżeje samplujący dzieła wielkich kompozytorów. Muzyków, którzy przyjeżdżają do Krakowa, łączy ambitny repertuar i to, że tworzą współcześnie, z drugiej strony, zaskakujące jest, jak wiele wspólnego mają muzyczne światy z pozoru nie do pogodzenia. W tym roku na SP pojawią się m.in. Frank Zappa, Brian Eno, Laurie Anderson. Klasyczne „In C" Terry'ego Rileya zagra potężna orkiestra gitarowa, której przewodzi Adrian Utley (Portishead), a utwory Lutosławskiego remiksować będą Clark, Emika czy nasz Skalpel. Jeden z muzycznych dziennikarzy martwił się przy okazji którejś edycji, że organizatorzy festiwalu tak wysoko podnieśli sobie poprzeczkę, że będą mieli ogromne kłopoty z ponownym jej przeskoczeniem. Jak do tej pory ta sztuka się jednak udaje.

OPRACOWANIE: ZOFIA FABJANOWSKA-MICYK. ZDJĘCIA: MATERIAŁY PRASOWE: BENOIT PEVERELLI, MADISON, BARTOSZ WOŁOSZKIEWICZ.

Wydarzenia

Jak zaplanować sobie kulturalnie miesiąc, radzi **Zofia Fabjanowska-Micyk.**

Waldemar Czapski i wnętrze klubu Fugazi w roku 1992.

1–22 września

FUGAZI FESTIWAL, CYPEL CZERNIAKOWSKI W WARSZAWIE

Był kiedyś w stolicy gigantyczny rockowy klub, który przeszedł do historii. Teraz Fugazi powraca jako festiwal. Mówi jego organizator Waldemar Czapski.

Fugazi do dziś wspomina się jako miejsce kultowe, chociaż działaliście krótko.
Krótko i intensywnie. Nigdy nie powstał tak duży klub w Warszawie ani tak wolny duchem. Mieliśmy dwie sale – na 500 i na dwa tysiące osób, sklep muzyczny, bar w kształcie gitary długi na 14 metrów, do ściany przymocowany był autobus, stary „ogórek". Byliśmy czynni całą dobę, ludzie przyjeżdżali ze śpiworami. Pamiętam, jak latem staliśmy na dachu z Jurkiem Owsiakiem, żeby polewać tłum przed wejściem wodą. Ludzie czekali, bo klub był pełny.

To dlaczego go zamknęliście?
To był rok 1992, trudny czas transformacji. Przypominam, że w 1991 roku milicja zamieniła się w policję. Po 11 miesiącach walki o przetrwanie nie mieliśmy już siły, różne typy obijały nas na zapleczu, żądając haraczu. Szkoda, że tak się stało, bo w Fugazi zaczynało karierę wiele znanych dzisiaj osób. Grzegorz Miecugow zapowiadał koncerty, Kuba Wojewódzki pisał pierwsze muzyczne teksty. Marek Kotański prowadził u nas swoje akcje na rzecz chorych na aids.

Przez ostatnie 21 lat nic się nie działo i...
Znajomi z sentymentu założyli na Facebooku stronę miłośników Fugazi i od razu mnóstwo ludzi zaczęło pisać, przesyłać pamiątki: bilety, plakaty, numerek do szatni, paczkę zapałek z mapą dojazdu do klubu. Chcieliśmy zrobić jakąś akcję, ale nie chciałem jubileuszu ze wspominaniem. Powstał odważny plan, żeby zorganizować imprezę składającą się z 22 koncertów. Ogłosiliśmy nabór zespołów, zgłosiło się 1100, wybraliśmy 150. Bloki koncertów podzielone są na gatunki muzyczne, każdego dnia inny rodzaj muzyki. Zgłosiłem nas do Księgi rekordów Guinnessa i okazuje się, że w Stanach pobili kiedyś rekord, grając 15 dni koncertów. Podczas Fugazi Festiwalu wystąpi ponad 80 gwiazd: Stanisław Soyka, Voo Voo z orkiestrą dętą, Acid Drinkers, Kazik, Kaliber 44, Świetliki. Przez pierwszych 17 dni będziemy grać 24 godziny na dobę. Brzmi to jak szaleństwo, ale ma szansę powodzenia. Dzisiaj wszystko, co umiarkowane, się nie przebija, potrzebne jest mocne uderzenie.

do 22 września

WYSTAWA „CZAS WOLNY. FOTOGRAFIE"

Zachęta w Warszawie

Polska szkoła fotoreportażu, czyli sześciu świetnych fotografów prasowych: Romuald Broniarek, Aleksander Jałosiński, Bogdan Łopieński, Jan Morek, Wojciech Plewiński, Tadeusz Rolke. W czasach kiedy propagandowe media lansowały etos pracy, a czas wolny był raczej czymś wstydliwym, oni podglądali i utrwalali to, jak się bawią i jak obijają współobywatele. Przy okazji wystawy wychodzi książka „Fotobiografia PRL" z wywiadami z szóstką fotografów.

Tadeusz Rolke „Przed domem partii" (1958).

3–7 września

FESTIWAL INTEGRACJA TY I JA

Koszalin

Kino bez barier, poruszające wątki ważne dla osób niepełnosprawnych. O statuetki Motyla powalczy kilkadziesiąt produkcji ze wszystkich kontynentów, ale koszaliński festiwal to także mnóstwo wydarzeń towarzyszących. Zagadnieniem, wokół którego koncentruje się tegoroczny program, jest filmoterapia – dziedzina mało jeszcze u nas znana, w wielu częściach świata stosowana z sukcesem od dekad.

ZDJĘCIA: RAFAŁ MASŁOW, MATERIAŁY PRASOWE: ANDREW ZUCKERMAN, TADEUSZ ROLKE, BARTOSZ GÓRKA/DZIĘKI UPRZEJMOŚCI BWA WARSZAWA, PETER RAKOSSY, ERAZM CIOŁEK/FORUM, ARCHIWUM PRYWATNE.

Jan Himilsbach w dniu swojego ślubu (1978).

4-8 września

FESTIWAL JANA HIMILSBACHA

Mińsk Mazowiecki

Człowiek z najsłynniejszą chrypą Polski Ludowej. Z zawodu kamieniarz, zagrał w kilkudziesięciu filmach, pisał książki i scenariusze. Przyjemnie patrzeć, jak rodzinne miasto Himilsbacha z roku na rok organizuje mu festiwal z coraz większym rozmachem. Tym razem zaplanowano m.in. plenerowe pokazy filmów, spotkania z aktorami i reżyserami, happening literacki, spotkanie z Ernestem Bryllem, koncert Maćka Maleńczuka. Nie zabraknie też MONIDŁA: plebiscytu na najlepszego aktora niezawodowego.

6-8 września

FESTIWAL HOMMAGE Á KIEŚLOWSKI

Sokołowsko na Dolnym Śląsku

W Sokołowsku przy granicy z Niemcami i Czechami Krzysztof Kieślowski spędził część dzieciństwa, tam też kręcił dokument „Prześwietlenie". Festiwal dedykowany reżyserowi odbywa się tu po raz trzeci, tym razem pod hasłem „Miłość, wolność, samotność", a filmem, który jest osią tegorocznej edycji, jest jedna z części słynnej trylogii: „Biały". Odbędzie się około 40 projekcji, warsztaty twórcze, panel dyskusyjny, spektakle, wystawy i koncerty.

25-29 września

FESTIWAL SKRZYŻOWANIE KULTUR

Warszawa

Czekam na koncert gwiazdy tego Skrzyżowania Kultur - 73-letniej Calypso Rose, diwy gatunku calypso, legendy i dumy Trynidadu i Tobago. Rose wydała ponad 20 płyt, występowała i z Bobem Marleyem i z Michaelem Jacksonem. Czekam też na Danyèla Waro z Reunionu i na Aurelio Martineza z żywiołową grupą The Garifuna Collective.

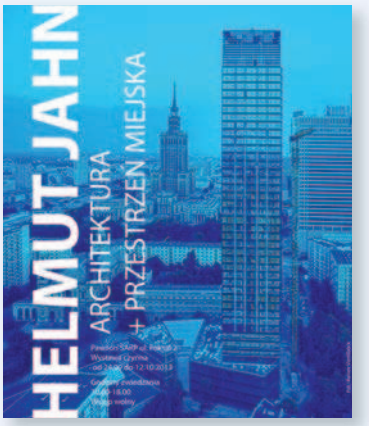
The Garifuna Collective z Belize.

27-29 września

WARSAW GALLERY WEEKEND

Najlepsze warszawskie galerie raz w roku łączą swoje siły i organizują weekend wspólnych wernisaży i spotkań z artystami. Skala i zasięg tego wydarzenia mówi wiele o tym, jak dynamicznie rozwija się u nas rynek sztuki współczesnej. 21 miejsc, najgłośniejsze nazwiska, ale i zdolni debiutanci. Nie do przegapienia.

Agnieszka Kalinowska „Bez tytułu".



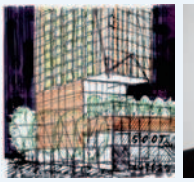
od 24 września do 12 października

WYSTAWA „ARCHITEKTURA I PRZESTRZEŃ MIEJSKA"

SARP w Warszawie

Od pierwszych projektów tworzonych pod koniec lat 60. rozwijał swój styl, dziś rozpoznawany na całym świecie. Urodzony w Niemczech, przez dekady związany ze Stanami Helmut Jahn jest jednym z najsłynniejszych współczesnych architektów. To autor futurystycznego Sony Center w Berlinie, portów lotniczych w Chicago, Bangkoku czy Monachium, nowego Centrum Finansowego w Szanghaju, a teraz także pierwszego w Polsce wieżowca mieszkalnego o tak wysokim standardzie - Cosmopolitan przy Twardej w Warszawie. Na poświęconej mu wystawie zgromadzono zdjęcia słynnych budynków, modele w skali 1:500, a także szkice i rysunki z komentarzami i uwagami Jahna, dzięki którym śledzić można krok po kroku fascynujący proces projektowania. Od zamysłu do realizacji.

Szkic Cosmopolitan Tower w Warszawie i jego autor Helmut Jahn.



Fotoblog Gajosa

„W fotografii równie istotna jak prawda jest odrobina tajemnicy”.

ZDJĘCIE JANUSZA GAJOSA: ELŻBIETA GAJOS.

Mgła na Półwyspie Helskim bywa atrakcją. KUŹNICA, 2011 rok.

Rozmowa

Małgorzaty Rejmer wysłuchała **Katarzyna Kazimierowska.**

KI&SZENIE PEŁNE KAMIENI

Debiutowała ponad trzy lata temu głośną powieścią „Toksymia". Teraz wraca z zupełnie inną książką. **Małgorzata Rejmer** jest zakochana w Bukareszcie, a swój związek z miastem nazywa sadomasochistycznym.

Co cię łączy z Rumunią?
Pojechałam do Bukaresztu po raz pierwszy cztery lata temu na parę dni. Była to podróż spod znaku „wszystko źle": potworny upał, turyści traktowani jak wariaci, monumentalne miasto z blokowiskami i żadnego klucza, jak zrozumieć tę przestrzeń. To mnie zafascynowało. Powiedziałam mojemu chłopakowi, że mogłabym tam zamieszkać, na co odpowiedział, że chyba oszalałam. Ale w połowie 2010 roku obejrzałam kilka niszowych filmów rumuńskich i to było kolejne olśnienie. Zaczęłam czytać książki o historii Rumunii i już wiedziałam, że ten kraj to znakomity materiał dla pisarza czy dziennikarza. Kiedy więc dostałam stypendium na napisanie kilku reportaży, natychmiast spakowałam walizki i pojechałam do Bukaresztu.

Jak tym razem przyjęło cię miasto?
Na dzień dobry dziewczyna, u której miałam mieszkać, ulokowała mnie w klitce z lufcikiem zamiast okna, choć umówiłyśmy się na normalny pokój. Usiadłam w tej izdebce, pośród sypiących się mebli i przez chwilę miałam wrażenie podróży w czasie. Dom był stary, ponury, w ogrodzie walały się śmieci i zużyte opony. Wyszłam na ulicę, rozejrzałam się i pomyślałam: „Naprawdę tu jestem". W rumuńskiej bezdomności.

A może to w tobie jest coś, co przyciąga takie zdarzenia? Twoje opowieści przypominają klimatem wątki z mrocznej i groteskowej „Toksymii".

Dużo kosztował mnie REPORTAŻ O PODZIEMIU ABORCYJNYM. *Te rozmowy były szczególnie trudne, lały się łzy.*

Mój przyjaciel Stefan śmiał się, że jeśli przydarza mu się coś ekstremalnego, to tylko ze mną. Byłam świadkiem poważnego wypadku samochodowego i kilku stłuczek, zostałam zaatakowana przez 40 psów, wyciągałam bezdomnego spod kół pociągu na dworcu. Tak jakbym prowokowała Bukareszt.

Ktoś inny uciekałby jak najdalej, ty tam wracasz i się zachwycasz.
To wszystko jest podszyte jakimś masochizmem i sadyzmem. Lubię Bukareszt, bo jest przeciwieństwem Warszawy – jest większy, bardziej energetyczny i chaotyczny, więcej w nim skrajności, piękna i okrucieństwa. To miasto mnie ciągle zachwyca, przeraża i boli. Fascynuje mnie, że jest jednocześnie eleganckie i zdziczałe. A do tego błyskawicznie się zmienia. Za każdym razem, gdy wracam, jest to już trochę inne miasto.

Kiedy zbierałaś materiały do książki „Bukareszt. Kurz i krew", jak odbierano to, że osoba z Polski tak interesuje się Rumunią?
Rumunia to chyba jedyny kraj w Europie, gdzie tak bardzo lubi się Polaków. Polska kojarzy się z Solidarnością, z Wałęsą, z bohaterstwem podczas drugiej wojny światowej. Nieraz opowiadano mi anegdotę, że królowa rumuńska Maria miała romans z Józefem Piłsudskim. Często mówi się o nas w kontekście wejścia do Unii, udanych reform, poskromienia korupcji. Rumuni ciągle biczują się Polską, ale też wierzą, że mogą powtórzyć polski sukces. Kiedy przekonuję Rumunów, że Polacy też są zakompleksieni i czują się pokrzywdzeni przez historię, słyszę czasem: „Ale wy w średniowieczu byliście imperium! Mołdawia była waszym lennem! A my nie mieliśmy nic". Jednocześnie Rumuni mimo gorzkiej, trudnej historii wydają się pogodzonymi z życiem ludźmi. Mam wrażenie, że nawet w Bukareszcie przetrwały silne więzi wspólnotowe.

Jak ta wspólnotowość odnajduje się w kontekście spisanych przez ciebie historii o powojennych dekadach, kiedy służby zachęcały, by dzieci donosiły na rodziców, a mężowie na żony?
Z jednej strony ludzie są otwarci, spontaniczni i pomocni, z drugiej – odcisnęło się na nich piętno konspiracji i nieufności. Zdanie: „Proszę nie podawać mojego imienia i nazwiska" było refrenem wielu rozmów. W latach 80. Securitate zdawało się oplatać wszystko, ale jednocześnie funkcjonowała ta niezwykła solidarność kobiet, które musiały sobie ufać, żeby pomóc w przeprowadzeniu aborcji. Od 1966 roku antykoncepcja była zakazana. Mama mojej koleżanki urodziła pięcioro dzieci, bo przechodzenie przez kolejne kręgi wtajemniczenia, szyfry, koperty było dla niej nie do zniesienia. Wolała rodzić, niż stawać się częścią znienawidzonego podziemia aborcyjnego.

Któraś z zasłyszanych opowieści szczególnie tobą wstrząsnęła?
Dużo kosztował mnie właśnie reportaż o podziemiu aborcyjnym, o kobietach, które usuwały ciąże w swoich domach, polewając się wrzątkiem, okaleczając drutami albo stosując domowe trucizny. Wiele z nich nigdy wcześniej nikomu o tym nie mówiło. Te rozmowy były trudne, lały się łzy. Wracając do domu, czułam, jakbym kieszenie płaszcza miała pełne kamieni.

A młode rumuńskie pokolenie? Odbiły się na nich doświadczenia rodziców? Czy może są już wolni, kosmopolityczni, europejscy?
Wszyscy moi rumuńscy znajomi mówią po angielsku lepiej ode mnie, więc przynajmniej mogłam się przy nich podszkolić. Razem oglądaliśmy amerykańskie seriale, japońskie horrory i teledyski na YouTube. Ale faktycznie w Rumunii jest problem z edukacją, który jest skutkiem powszechnej korupcji. Łapówki wręcza się, by zdać maturę, dostać na studia, a potem je skończyć. Mój dobry znajomy kupił sobie pracę magisterską. Z kolei moja koleżanka miała osiem zaległych egzaminów do zdania, ale sekretarka na uczelni powiedziała jej, że za cztery może bez problemu zapłacić. Rumuni wiedzą, że pieniądze załatwią wszystko. Poznałam to na własnej skórze, gdy chciałam przewieźć rower w pociągu, i musiałam z tego powodu zapłacić 30 lei, a nie 10. Konduktorka na moich oczach pogoniła chłopaka bez biletu, który próbował mnie bronić. Potem okazało się, że wszyscy w przedziale jadą bez biletu, bo dali jej łapówkę, w tym policjant, który przez dwie godziny gardłował, jakim zepsutym krajem jest Rumunia.

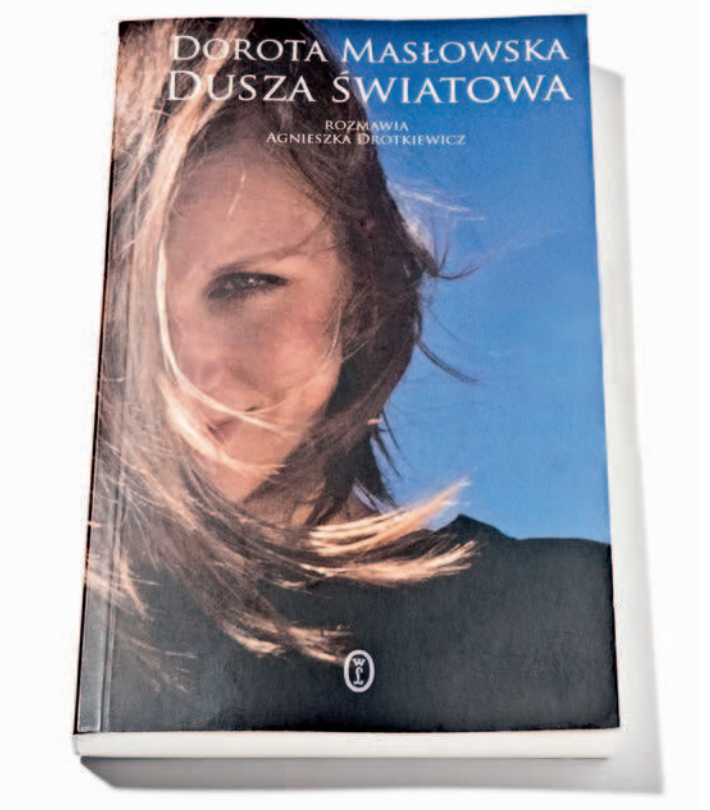
Ten kraj siedzi w tobie od czterech lat. Porzucisz go dla innego tematu, a może chcesz pozostać jeszcze chwilę w tej przygodzie?
Nauczyłam się rumuńskiego, piszę doktorat o kinie rumuńskim, chciałabym w przyszłości wydać zbiór reportaży o Rumunii. Bukareszt to taki parchaty kot z Mrożka, który zbiera grzechy Rumunii, nie jest reprezentatywny dla całego kraju. W ogóle czuję się emocjonalnie wrośnięta w Bałkany. Bardzo chciałabym wrócić do Bośni i Hercegowiny, napisać coś o Albanii. Bałkany kojarzą mi się z pięknem i cierpieniem, ale przede wszystkim z ludźmi, którzy są jak trawa – można ich wypalać, ale zawsze się odrodzą, tak wielka jest w nich siła. ●

ZDJĘCIA: SŁAWOMIR KLIMKOWSKI.

MAŁGORZATA REJMER *rocznik 1985. Jej wydana w 2009 roku powieść „Toksymia" była nominowana do Nagrody Literackiej Gdynia. Najnowszy zbiór reportaży „Bukareszt. Kurz i krew" ukazuje się nakładem Wydawnictwa Czarne.*

Literatura

Najciekawsze książki na wrzesień wybrała **Marta Mizuro.**



Wywiad rzeka

„DOROTA MASŁOWSKA. DUSZA ŚWIATOWA”

rozmawia **Agnieszka Drotkiewicz,** Wydawnictwo Literackie, Kraków 2013, s. 234

„Jedyne, z czym spotkasz się na spotkaniach autorskich, to średnie zrozumienie” – mówi Dorota Masłowska. Co innego, jeśli spotkanie odbywa się bez udziału osób trzecich. Tylko w obecności przyjaciółki Agnieszki Drotkiewicz, pisarki i dziennikarki specjalizującej się w wywiadach z ludźmi pióra. W tej sytuacji można liczyć nie tylko na pełne zrozumienie, ale i na maksymalną otwartość: szczere odpowiedzi na pytania, które podczas publicznych konfrontacji raczej nie padają. Mimo że panie dobrze się znają, jeszcze lepiej znają się na swojej robocie. Poruszając temat artystycznej wolności, szufladkowania autorów oraz współczesnych metod promowania literatury, zagadnienia płci, podróży, mody, jedzenia i wiele innych – nigdy nie zapominają o niemym świadku ich spotkania. Nie posługują się więc czytelnymi wyłącznie dla siebie aluzjami. Dla mnie samej najbardziej rozbrajającym twierdzeniem, jakie pada z ust autorki „Pawia królowej”, jest to, że źle mówi, i dlatego media mają z nią problem. Pewnie dalej będą miały, bo Masłowska wytrwale broni swojej niezależności. Ale ku uciesze czytelników „Duszy światowej” – z pewnością nie jak lwica.

Zagadka długowieczności

„PORY ROKU” Anna Borisowa (Boris Akunin)

przełożyła Katarzyna Maria Janowska, Znak, Kraków 2013, s. 444

Młoda lekarka Wiera trafia na staż do domu spokojnej starości we Francji. Przebywają tam głównie bogaci Rosjanie. Wśród pensjonariuszy znajduje się też założycielka placówki – ponad stuletnia „Madame” Alexandryna. Choć zdiagnozowano u niej śpiączkę, nadal słyszy, myśli i wspomina. Czy zdoła przekazać Wierze cudowne antidotum na naprawdę szczęśliwą starość, nad którym pracowała całe życie? Przeobrażając się w Annę Borisową, mistrz powieści kryminalnej nieźle nabrał rosyjskich czytelników. Nam pozostało już tylko przekonać się, że tak wytrawny pisarz jak Akunin radzi sobie świetnie w każdym wcieleniu.

Zdrada

„PAPUSZA” Angelika Kuźniak

Czarne, Wołowiec 2013, s. 200

Historia Papuszy to historia podwójnej zdrady. Ucząc się czytać i pisać, cygańska dziewczynka próbowała poznać coś innego niż los dostarczycielki rozkoszy, matki dzieciom, złodziejki oraz wróżbitki. A dzieląc się ułożonymi przez siebie pieśniami, chciała ocalić od zapomnienia to, co na jej oczach odchodziło w przeszłość. Ale rządząca się surowymi prawami społeczność nie pozwalała na emancypację i łamanie reguły milczenia – za obie „zdrady” Papusza musiała odpokutować. Biografia poetki splata się z wojennymi i powojennymi dziejami zamieszkałych w Polsce Cyganów. Ta książka pod każdym względem otwiera oczy na ich świat.

ZDJĘCIA: RAFAŁ MASŁOW, MPHOTO.

Odkryj
wyjątkowe
połączenie...

Lindt
EXCELLENCE

ORANGE INTENSE

Intensywność ciemnej czekolady i owocowa słodycz pomarańczy.
Poczuj jak intensywny smak Lindt Excellence przenosi cię w krainę zmysłowej przyjemności.
Lindt Maître Chocolatier od 1845 r.

poznaj czekoladowe kreacje na www.lindt.pl znajdź nas na /CzekoladaLINDT

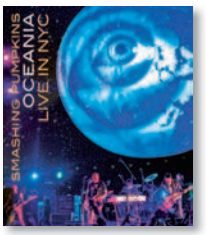
Muzyka

Najlepsze albumy poleca **Daniel Wyszogrodzki.**

Vanessa Paradis

LOVE SONGS Barclay (2 CD)

Pamiętacie, jak w wieku 14 lat śpiewała „Joe le taxi"? To był rok 1987, jakiś czas potem nieprzyzwoite teksty zaczął dla niej pisać sam Serge Gainsbourg. Przyszedł jednak moment, kiedy jej muzyczna kariera stanęła w miejscu i mówiło się o niej przede wszystkim w kontekście związków z Lennym Kravitzem i Johnnym Deppem. Pisano o jej modelowaniu dla Chanel, a nie o kolejnych przebojach. Teraz wszystko może się zmienić, a to za sprawą albumu, który przywraca artystce wysoką pozycję w panteonie francuskiej piosenki. Bezpretensjonalnie zatytułowana płyta „Love Songs" (Piosenki o miłości) zawiera melodyjne utwory w aranżacjach od elektro („Love Song"), przez taneczny pop („Mi amor") czy akustyczne ballady („Station Quatre-Septembre"), aż po udane stylizacje na francuskie lata 70. („Prends garde à moi"). 40-letnia Vanessa śpiewa o miłości tak, jakby poznała temat z każdej strony. Jako kobieta pożądana, ale i porzucona. Ekslolitka zdecydowanie ma do opowiedzenia coś osobistego.



Smashing Pumpkins

OCEANIA: LIVE IN NYC Virgin (2CD/DVD)

Historia tego zespołu to dowód na to, że droga od alternatywy do popularności nie musi być okupiona nadmierną komercjalizacją. Gorzej, że formacją wstrząsały zmiany personalne, a nie dla wszystkich fanów Billy Corgan, lider i autor całego materiału, był synonimem zespołu. Ostatni studyjny album grupy „Oceania" (2012) podzielił słuchaczy, chociaż odświeżony skład z basistką Nicole Fiorentino brzmi nie gorzej niż „stare Pumpkiny". I w tym przełomowym momencie zespół zdecydował się na krok niekonwencjonalny: cały materiał z „Oceanii", numer po numerze, wykonał na żywo w Nowym Jorku i wydał go raz jeszcze. Ryzyko się opłaciło, album jest naprawdę dobry. Dwupłytowa edycja wzbogacona o zapis DVD zawiera również dawniejsze przeboje: „Zero", „Ava Adore" czy „Tonight, Tonight" z nowym wstępem.

Patrick the Pan

SOMETHING OF AN END Piotr Madej

Dawno nikt mnie tak nie zaskoczył. Kryjący się pod pseudonimem 24-letni Piotr Madej nie tylko sam stworzył cały materiał, zaśpiewał i nagrał partie instrumentów, ale zrobił to wszystko w swoim krakowskim mieszkaniu. Po takim debiucie można oczekiwać światowej kariery, bo i muzyka jest tu absolutnie światowa. Nastrojowa, głównie akustyczna, ze stylowym użyciem elektroniki - piosenka „POV" to gotowy przebój, „Bubbles" zabiera w Krainę Nierealności (nie mylić z Krainą Łagodności, to dwa inne światy), a aranżacja „The Moon and the Crane" przypomina kołysankę z surrealistycznej fantazji filmowej. Myślę, że gwarancją rozwoju The Pana jest jego wyjątkowa muzykalność. Kiedy zaczynałem słuchać tej płyty, artysta zbierał pieniądze na teledysk. Teraz, kiedy o niej piszę, w jego wideoklipie występuje Piotr Cyrwus. Kto następny?

ZDJĘCIA: RAFAŁ MASŁOW, MATERIAŁY PRASOWE, UNIVERSAL MUSIC POLSKA.

Szlachetna kompozycja smaków

Tak wyjątkowy smak czekolady nie rodzi się przypadkiem.
Lindt Excellence otwiera przed Tobą nowe rodzaje doznań i nowy wymiar smaku czekolady – obiecując niezrównaną przyjemność.

Dążenie do perfekcji

Już od 1845 r. Maîtres Chocolatiers firmy Lindt z pasją poszukują na całym świecie najlepszych ziaren kakaowca i łączą je ze starannie dobranymi dodatkami, aby stworzyć smak idealny. Dopiero użycie najszlachetniejszych ziaren – ilościowo stanowią one jedynie 5% zbiorów z całego świata – wsparte niezrównanym mistrzostwem kreowania smaku, pozwala uzyskać czekoladę, której aromat jest tak rozkosznie intensywny – Lindt Excellence. Czekoladę, której wyborną jakość potwierdza wyraźne, charakterystyczne „klik!", gdy przełamujesz tabliczkę.

Fascynacja smakiem

Smak jest bez wątpienia tym, co najbardziej fascynuje naszych Maîtres Chocolatiers: pikantność chili, wyrazistość pomarańczy czy odpowiednio dobrana proporcja smaków kakao i morskiej soli. Stworzenie smaku czekolady, który byłby odpowiednio wyrazisty, a przy tym wewnętrznie zharmonizowany wymaga prawdziwego talentu.

Kusząca przyjemność

Wybierz swoją ulubioną moc czekolady Lindt... i daj się skusić smakowi, którego w zwykłej tabliczce nie znajdziesz. By doświadczenie było jeszcze bardziej intensywne, postępuj według rad naszych Maîtres Chocolatiers: obudź swoje zmysły kolejno, jeden po drugim, i delektuj się niezrównaną przyjemnością czekolady.

Lindt
MAÎTRE CHOCOLATIER SUISSE
DEPUIS 1845

Przyjemność dla wszystkich pięciu zmysłów

WZROK

Oceń jakość czekolady po jej wyglądzie: blasku i jedwabistym połysku, głębi koloru widocznej w refleksach światła.

DOTYK

Muśnij lekko powierzchnię, by poczuć jej idealną gładkość.

SŁUCH

Przełam tabliczkę – usłyszysz krótkie i czyste "klik!", które dowodzi wybornej jakości czekolady.

WĘCH

Daj się uwieść aromatom kakao: intensywnym i bogatym, uchwyć nuty wanilii, przypraw korzennych, owoców i kwiatów.

SMAK

Pozwól, aby delikatna czekolada rozpłynęła się w Twoich ustach. Doznanie będzie intensywne. Delektuj się smakiem, który zaskoczy Twoje podniebienie.

poznaj czekoladowe kreacje na www.lindt.pl

znajdź nas na /CzekoladaLINDT

Kino

Co warto obejrzeć? Filmy poleca **Lech Kurpiewski.**

Męskie sprawy

„Jestem szczęśliwy tam, gdzie nie ma moich rodziców" – mówi Patrick. Dwaj jego kumple myślą podobnie. Chłopaki mają po 15 lat i nie mogą już dłużej wytrzymać ze swoimi starymi, dlatego postanawiają zbudować w środku lasu dom i wynieść się tam na dobre. Jak planują, tak robią. I chociaż sklecona przez nich chatka mogłaby zagrać w niejednym horrorze, oni czują się w niej jak w raju. Do czasu kiedy pojawi się u nich piękna Kelly. Wtedy chłopaki zakosztują też i trochę piekła. Film zrobił furorę na ostatnim festiwalu w Sundance, choć wydawałoby się, że kwestie związane z dojrzewaniem nastolatków zostały już przez kino ograne na wszystkie sposoby. Vogt-Roberts udowadnia jednak, że to mit. Jego film jest naprawdę świeżą i bezpretensjonalną próbą spojrzenia na trudny czas, kiedy kończy się dzieciństwo, a zaczyna niewiadoma, czyli dorosłość. W próbie tej elementy dramatyczne łączą się z komediowymi. Obśmiane zostają tu amerykańskie modele rodzicielstwa (nadopiekuńczy, konfrontacyjny i beznadziejny), no i morał skierowany do nastolatków jest przewrotny: niełatwo być mężczyzną, to fakt, ale nie ma się tak znów do czego spieszyć. Świat i tak należy do kobiet.

KRÓLOWIE LATA
(THE KINGS OF SUMMER)
USA 2013, reż. Jordan Vogt-Roberts, wyk. Nick Robinson, Gabriel Basso, Moises Arias, Erin Moriarty, dystr. Best Film

Walc z Lemem

Reżyser pamiętnego „Walca z Baszirem" tym razem postanowił zatańczyć ze Stanisławem Lemem i zekranizował jego „Kongres futurologiczny". Nie jest to wierna adaptacja opowiadania, raczej aktorsko-animowana wariacja na temat. Główna bohaterka aktorka Robin Wright (gra ją nie kto inny tylko... Robin Wright) od macierzystego studia dostaje propozycję podpisania ostatniego w swoim życiu kontraktu. Na jego mocy ma zostać zeskanowana i zarejestrowana w formie cyfrowej. Od tej pory w filmach pojawiać się będzie wyłącznie jej awatar, czyli byt wirtualny, wiecznie młody i zawsze dyspozycyjny. Technologie szybko się wszakże starzeją, 20 lat później kod kreskowy, do którego sprowadzono tego czy innego aktora, zostaje zastąpiony formułą chemiczną. Wytwórnie filmowe stają się prawdziwymi fabrykami snów, bo filmy rozgrywają się już nie na ekranach kin, ale bezpośrednio w głowach widzów. Wystarczy tylko połknąć odpowiedni specyfik, np. o nazwie Robin Wright, i już. „Kongres" to futurystyczny wizjonerski poemat i zarazem gorzko-śmieszna antyutopia pokazująca świat zniewolonych umysłów. Świat, w którym ludzie wolą być szczęśliwi, niż znać prawdę. Prorok z tego Folmana czy prowokator?

KONGRES
(THE CONGRESS)
Izrael/Niemcy/Polska/Francja 2013, reż. Ari Folman, wyk. Robin Wright, Harvey Keitel, Kodi Smit-McPhee, dystr. Gutek Film

Dzieje grzechu?

Nie wszystko mi się w tym filmie podoba. Niektóre gierki Szumowska mogła sobie darować, np. scenę z polem kukurydzy, po którym Adam i Dynia biegają, wydając z siebie nieartykułowane (małpie?) odgłosy. Symbolika owej zabawy w pierwotne instynkty jest zbyt natrętna i efekciarska. Na szczęście w tej opowieści o księdzu, który odważył się pokochać innego mężczyznę, takich stylistycznych ornamentów i zawijasów jest niewiele. To w sumie prosta historia o nieprostych sprawach. I w tym jej siła. Szumowska, zupełnie inaczej niż w „Sponsoringu", nie stara się tu szokować, bulwersować, nie stawia na kontrowersje. Łagodzi raczej przekaz, niż jątrzy, sprawiając, że ksiądz Adam nie wiadomo kiedy staje się widzowi osobą naprawdę bliską. No ale czy może być inaczej? W końcu reżyserka prezentuje nam nie dzieje grzechu, ale dzieje miłości, która, jak to ktoś powiedział, zawsze czyni nas słabymi. Szumowska poniekąd więc zrobiła film o sile słabości. No i o tęsknocie, przed którą nie da się skryć nawet za murami klasztoru czy seminarium. Autorce należą się oklaski, a grającemu główną rolę Andrzejowi Chyrze – wręcz owacje na stojąco. W tym małym filmie Chyra jest naprawdę wielki.

W IMIĘ...
Polska 2013, reż. Małgorzata Szumowska, wyk. Andrzej Chyra, Mateusz Kościukiewicz, Maja Ostaszewska, Łukasz Simlat, dystr. Kino Świat

ZDJĘCIA: RAFAŁ MASŁOW, MATERIAŁY PRASOWE.

Teatr

Na teatralne widownie zaprasza **Jacek Sieradzki.**

Znikaj, Piszczyk

„PISZCZYK" Jana Czaplińskiego i Piotra Rowickiego

reż. Piotr Ratajczak, Teatr Polski w Poznaniu

Piotr Ratajczak reprezentuje rzadki gatunek reżyserskiej fauny. Tam, gdzie inni próbują dowalić, zbulwersować, ostrym flamastrem podkreślić bunt, niezgodę i krytycyzm, on woli się uśmiechnąć ze zrozumieniem. Z dystansem, acz bez złości. Tak było w „Niewiernych" z krakowskiej Łaźni Nowej, opowieści o powodach występowania z Kościoła – powodach lepszych czy gorszych, jednak zawsze wartych wysłuchania. I tak jest w poznańskim „Piszczyku". Odwieczny narodowy nieudacznik z wielkiego filmu Andrzeja Munka wraca, by przeżyć z nami dwie dekady wolności. Ale szczęśliwie nie skupia się na łomotaninie politycznej i wyzywaniu się od zdrajców i oszołomów. Piszczyk, szaraczek i pechowiec, brnie w bardziej kolorowe przygody: dyrda z teczką za Tymińskim, z Balcerowiczem prywatyzuje, z Lepperem krzyczy: „Balcerowicz musi odejść", daje się całować Magdzie z „Koła fortuny", hipnotyzować Kaszpirowskiemu, rozhulać w disco polo i... jakoś wychodzi na swoje. Łukasz Chrzuszcz innymi środkami niż Kobiela (a później Jerzy Stuhr) obnaża wariactwo, w którym żyliśmy, bawi i drwi w pogodnym teatralnym kabarecie. A na koniec uśmiechamy się – aktorzy i widzowie – do słodkiego obrazka, na którym osiągnęliśmy dobrobyt, przewodzimy światu, odpisujemy 20 procent na kulturę, łoimy wszystkich w piłkę nożną – i sczezł wreszcie z horyzontu nieszczęsny cień Piszczyka.

Kafka na pustej drodze

„ZAMEK" Franza Kafki

reż. Marek Fiedor, Wrocławski Teatr Współczesny

Marek Fiedor czyta Kafkę w nieoczekiwany sposób. Pamiętam jego „Proces" sprzed dziesięciu lat w Poznaniu. Brało się zawsze tę powieść za metaforę nieprzeniknionej opresji (Boga, natury, systemu politycznego), która bezdusznie aresztuje, sądzi i skazuje na śmierć bezradnego ludzkiego robaczka. Fiedor tymczasem wyczytał wtedy (w zgodzie z pisarzem) obraz z gruntu przeciwny i dosyć zjadliwy: rzecz o dobrze sytuowanym, lekko i pusto żyjącym urzędniku bankowym, „skazywanym" po prostu na dojrzewanie do rozliczenia (bez)sensu własnej egzystencji. Wrocławski spektakl też jest przewrotny, choć nie tak lojalny. U Kafki nad światem zawisł tytułowy zamek, symbol niezbadanych boskich wyroków (albo monumentalnej wszechbiurokracji). U Fiedora (i jego scenografki Justyny Łagowskiej) jest tylko pustka pięknie narysowana, rodem z amerykańskiego kina drogi. Z pustki wyłania się mężczyzna, który – ponoć wynajęty przez zamek – próbuje umościć się w społeczności samotnych kobiet. Każdą uwodzi, rozpoznając tak i drążąc samego siebie. Rzecz płynie w tonie delikatnych niedopowiedzeń, suflowane są symboliczne wymiary owej męskiej wędrówki: nieźle się to ogląda, także dzięki Przemysławowi Bluszczowi, dawno niegrającemu tak wieloodcieniowej roli. Nie do końca jednak teatr ten umie uniknąć wdepnięcia w męsko-damskie komunały, które ponuremu wizjonerowi z Pragi raczej nie przystoją.

WYDARZENIE

Musicalowy dubelt „CHŁOPI" W GDYNI ORAZ „MISTRZ I MAŁGORZATA" WE WROCŁAWIU

Jak już coś inaugurować, to tylko z Kościelniakiem i z Dziubkiem. We wrześniu otworzą podwoje po remontach i rozbudowach dwie liczące się sceny. Teatr Muzyczny w Gdyni – adaptacją „Chłopów" Reymonta; teatr Capitol we Wrocławiu – nie dziełem noblisty, ale równie ambitnie: przeróbką „Mistrza i Małgorzaty". Oba arcydzieła adaptował i reżyseruje Wojciech Kościelniak, do obu muzykę pisze Piotr Dziubek. Dwie prapremiery pełnospektaklowych widowisk muzycznych w jednym miesiącu, w miastach oddalonych o 400 km – jak oni dadzą radę?! A oczekiwania są wielkie: Gdynia marzy o powtórce sukcesu adaptacji „Lalki" Prusa, jednego z najlepszych musicali w polskich dziejach gatunku.

ZDJĘCIA: RADOSŁAW KAZIMIERCZAK, MATERIAŁY PRASOWE (TOMASZ ŻUREK).

chilli ZET

nastaw się na chill out 9

Starannie wyselekcjonowane utwory reprezentujące różne oblicza chill outu.

Nowa płyta Nastaw się na Chill Out 9 już jest !

Warszawa 106,8

Gdańsk 92,0

Gdynia 101,1

Katowice 93,6

Kraków 101,0

Koszalin 106,9

Olsztyn 91,9

Poznań 101,6

Rzeszów 96,4

Szczecin 104,9

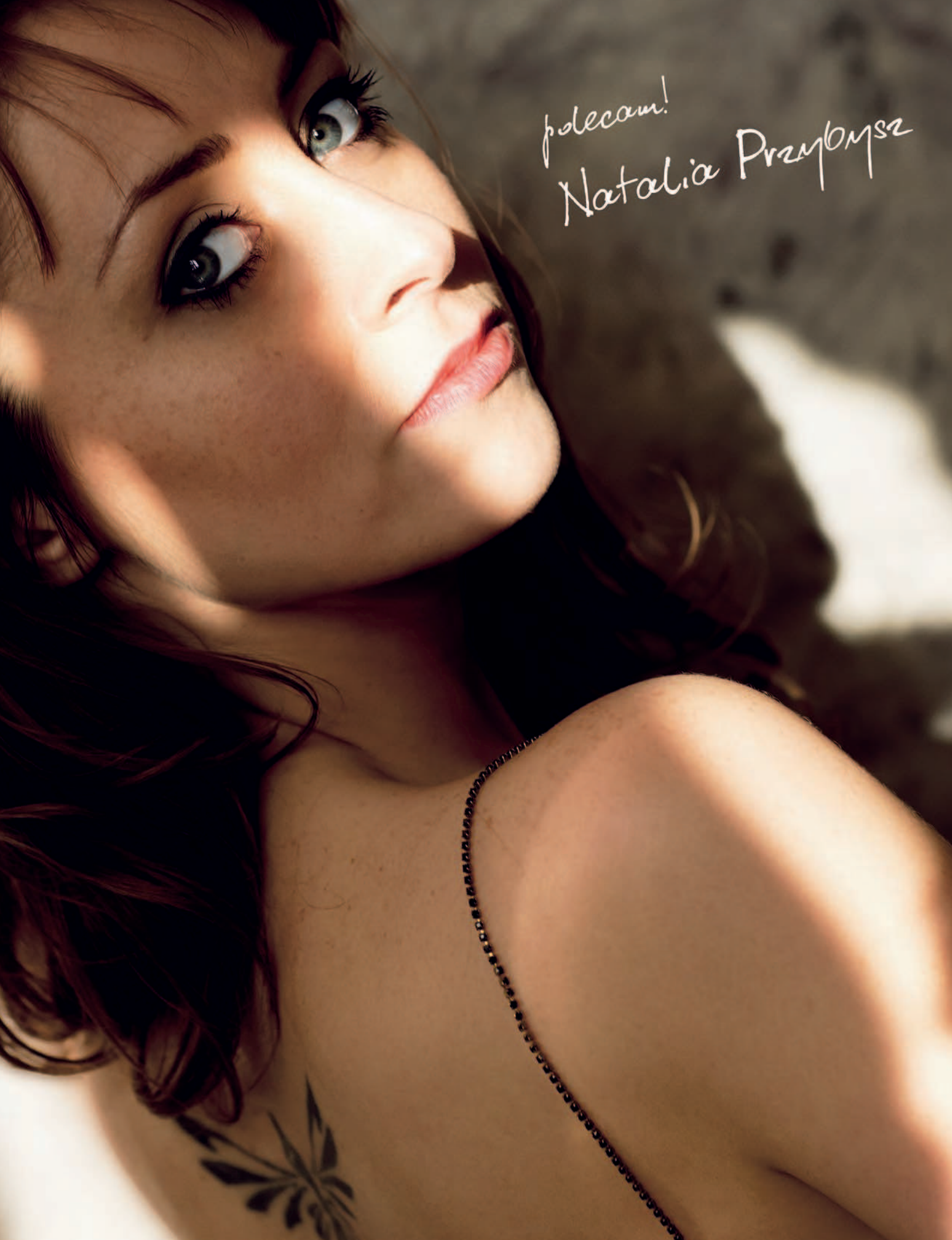
Wrocław 106,9

Zielona Góra 92,9

oraz 98,4

do słuchania również na www.chillizet.pl

i w aplikacji na iPhone i Android


polecam!
Natalia Przybysz

wolni od stresu

Strefa bez stresu

Znajdziesz tu to, co pomoże ci odpocząć i poprawi humor. **Beata Pawłowicz.**

WARSZAWĘ KAŻDY MOŻE POKOCHAĆ! *I „słoik" z Radomia, i hipster z Żoliborza, i singiel z Torunia. To metoda na stres, bo to nasza stolica. Pokochać: taką, jaka jest. Że tego potrzebuję, pomógł mi zrozumieć kabaret Pożar w Burdelu!*

Antoś, bohater tej opowieści, na swój dziecięcy sposób radzi sobie z problemami współczesnego świata, np. górami śmieci. Bardzo inspirujące!

Lena Piękniewska, Mariusz Laskowski i Anna Smołowik, aktorzy kabaretu Pożar w Burdelu, jak nikt inny potrafią obśmiać warszawkowych hipsterów!

Pokochać Warszawę bez oszukiwania się, że doskonała, czy że do niczego. Pokochać, jak kocha się ojca i matkę, znając ich wady. Dramaturg Michał Walczak i dziennikarz Maciek Łubieński stworzyli kabaretową scenę, na której widzimy siebie, jak tu żyjemy: między lansem, sukcesem a sensem. I rozśmieszają do łez. Kabaret rzecz ulotna, ale na YouTube jest **„Hipster of the Revolution!"** w wykonaniu **Burdeltrupy.** Anna Smołowik jako Ania z Polski zakochana w Ryanie Goslingu (aktor obejrzał i napisał na Facebooku, że jest „odjechana"). Lena Piękniewska jako zwykła dziewczyna z Nazaretu, która została królową Polski, ale chce jak Muniek Staszczyk (częstochowianin) przenieść się do Warszawy. Wszystkiego nie ma. Musicie przyjść, żeby posłuchać i popatrzeć, jak Mariusz Laskowski śpiewa o locie nad Warszawą w balonie orandż (pisownia oryginalna, piosenka – hit!) i ujawnia się jako podpalacz tęczy (ta na pl. Zbawiciela co rusz jest podpalana). Przyjdźcie, pośmiejcie się, wzruszcie „Niewarszawą" (Lena Piękniewska), a przestaniecie mieć focha na stolicę... Dla zawziętych mam (dla porównania) opowieść o innym mieście, w którym trudna historia to buty z zeszłego sezonu. Bohaterką **„Kocham Nowy Jork" Isabelle Laflèche** (Wyd. Literackie) jest Francuzka pracująca w nowojorskiej prawniczej kancelarii. Dobra literatura o ludziach, dla których wyzwaniem jest praca, a celem –narożny gabinet. Ale czy tylko to Catherina znajdzie w stolicy świata? A dla dzieci, które nie mają złudzeń co do swoich rodziców, a jednak kochają, **Tomasz Jastrun** napisał o współczesnym dziesięciolatku **„Antoś i jeszcze ktoś"** (Czarna Owieczka). Antoś ma takich rodziców, że z przejęciem myślę, ile wyda na psychoterapię, kiedy dorośnie. Dzięki temu jednak, że to nie ideały, opowieść jest szczera i wzruszająca. Kto z nas miał doskonałych starych?! Antoś ma tę przewagę choćby nade mną, że uczy się grać w tenisa, bo to kocha jego tato. Na powakacyjne już wieczory polecam **„Lilly Hates Roses"** (CD, dystr. Sony Music), debiutancką płytę **Katarzyny Golomskiej** i **Kamila Durskiego,** w przyjaznym stylu india folk. Nastrojowo i naturalnie o ważnych i prostych rzeczach, jak kwiaty i ludzie, którzy chcą podać sobie ręce niezależne od tego, z jakiego zakątka kraju są. Sami wykonawcy pochodzą z Torunia i Poznania. I jeszcze film, który też może obudzić miłość do Warszawy. Nie wiedziałam, że potrafimy kręcić tak pięknie! **„Baczyński"** (DVD, dystr. Galapagos, reż. Kordian Piwowarski) to: mówiąca emocjami i obrazami opowieść o mieście, poezji, miłości, co jak się okazuje – łączy pokolenia. Film nie ma happy endu, ale choć bohater ginie, jego śmierć nie jest końcem niczego, co ważne. Nie chcesz bohaterów? Proszę bardzo: jest druga część książki **A.J. Gabryela „Facet na telefon 2. Grzesznik".** Autor, urodzony w Łodzi, ponoć naprawdę chłopiec do towarzystwa, ma też blog (Grzesznikadam.blog.onet.pl) i jak się domyślasz, wiele intrygujących rozważań... ●

ZDJĘCIA: RAFAŁ MASŁOW, MATERIAŁY PRASOWE, KATARZYNA CHMURA-CEGIEŁKOWSKA.

LITERACKIE SMAKI NADCHODZĄCEJ JESIENI

JUŻ W KSIĘGARNIACH:

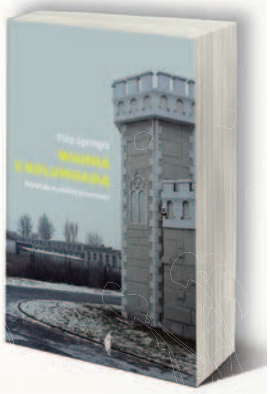
ANGELIKA KUŹNIAK, PAPUSZA

Angelika Kuźniak z ogromną wrażliwością przedstawia losy cygańskiej poetki, która w listkach dębu widziała złote kolczyki i zapłaciła życiem za ten dar.
Lidia Ostałowska

RACHEL CUSK, PO. O MAŁŻEŃSTWIE I ROZSTANIU

Skalpel Rachel Cusk dokonuje cięcia na organizmie rodziny. Popycha ją do tego prywatna katastrofa: dogorywanie małżeństwa, rozwód, wylizywanie emocjonalnych ran swoich i dzieci. Pisarka mówi wprost: trzeba społecznie umrzeć – zrzucić kostium kobiety, żony, matki, pracownicy – aby zobaczyć w sobie człowieka.
Katarzyna Kubisiowska

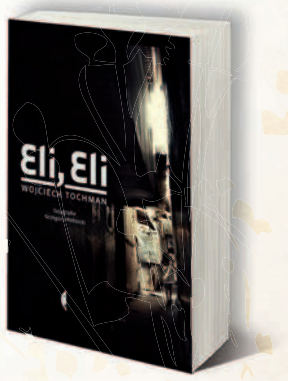
ZAPOWIEDZI:



25 WRZEŚNIA

FILIP SPRIGNER, WANNA Z KOLUMNADĄ.
REPORTAŻE O POLSKIEJ PRZESTRZENI
Z POSŁOWIEM ANDRZEJA STASIUKA

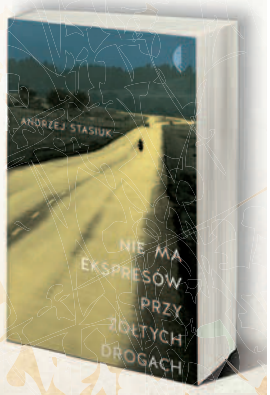
Polscy czytelnicy bardzo potrzebują tej książki!
Joanna Mytkowska, Dyrektor Muzeum Sztuki Nowoczesnej w Warszawie



9 PAŹDZIERNIKA

WOJCIECH TOCHMAN, ELI, ELI
Z FOTOGRAFIAMI GRZEGORZA WEŁNICKIEGO

Wstrząsająca reporterska opowieść o Filipinach, jakich nie znamy, o świecie najuboższych, którzy od lat żyją w slumsach i na cmentarzach Manili.



9 PAŹDZIERNIKA

ANDRZEJ STASIUK, NIE MA EKSPRESÓW PRZY ŻÓŁTYCH DROGACH

Świat, śmierć, światło w nowym wyborze krótkich próz i felietonów Andrzeja Stasiuka.

23 PAŹDZIERNIKA

SIDDHARTHA MUKHERJEE, CESARZ WSZECH CHORÓB. BIOGRAFIA RAKA

Fascynująca kronika choroby, która towarzyszy ludzkości od ponad pięciu tysiącleci.
Myśmy wręcz marzyli o takiej książce.
prof. Cezary Szczylik

Dofinansowano ze środków Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego

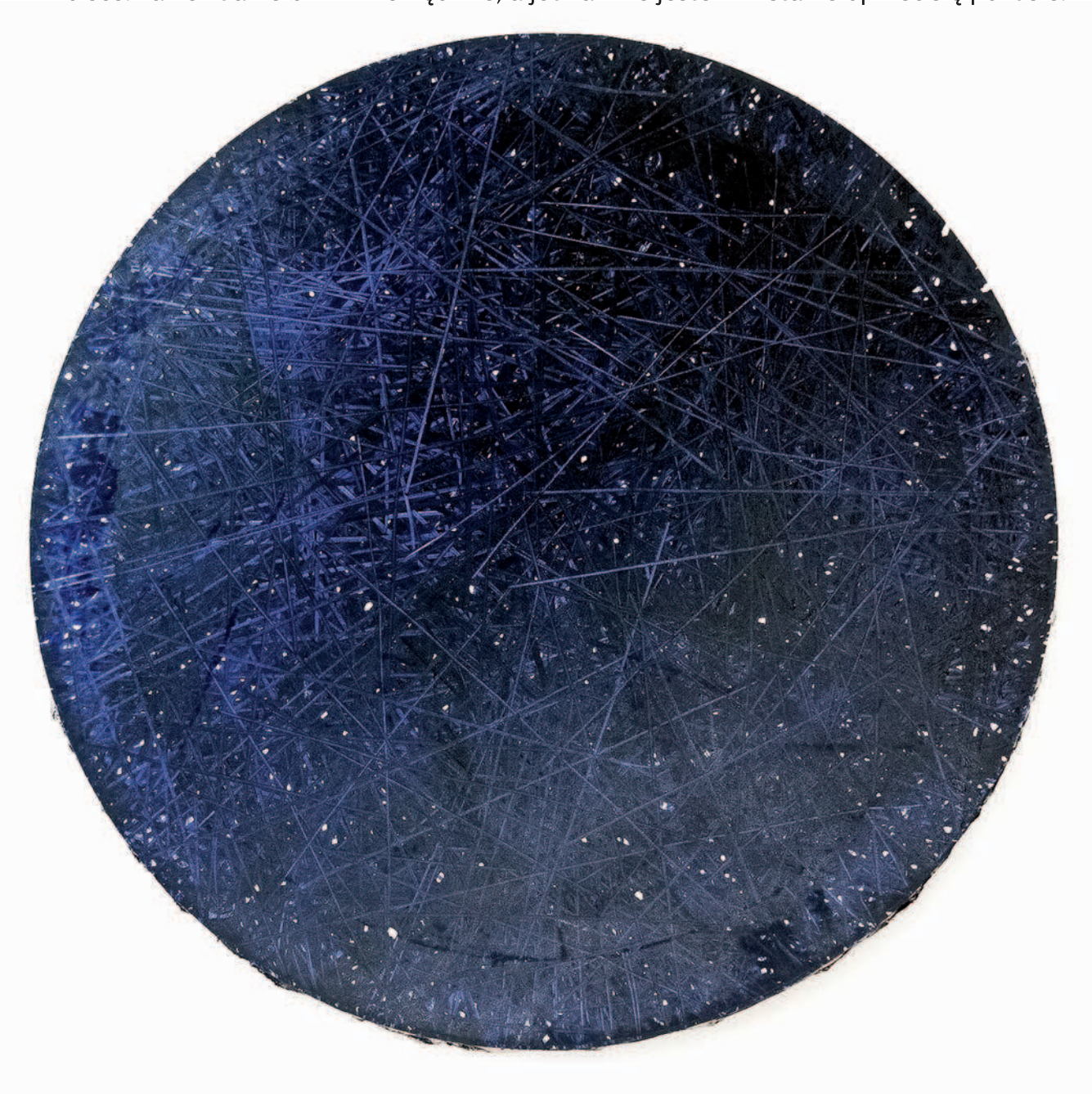
Dofinansowano ze środków Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego

Sztuka

Wystawy i sylwetki znanych twórców przybliża **Stach Szabłowski.**

KOSMOS

Kusi mnie, żeby napisać, że **Rafał Bujnowski** jest dzisiaj najciekawiej malującym artystą w Polsce. Takie zdanie brzmi niezręcznie, a jednak nie jestem w stanie oprzeć się pokusie.



HISTORIA BUJNOWSKIEGO jest spleciona z historią Grupy Ładnie. Opowieść Ładnowców była o tym, że sztuka nie jest żadną magią. Że uprawia się ją, żeby opowiadać o codziennych sprawach.

Rafał Bujnowski krąży wokół idealnego ostatecznego obrazu. Taki obraz byłby czarny – zamalowany kolorem, w którym mieszczą się wszystkie inne kolory i wszystkie przedstawienia. Taki obraz pokazywałby Nic. Byłby tym, czym naprawdę jest, czyli kawałkiem płótna, które zostało naciągnięte na drewnianą ramę i pokryte farbą. O tym między innymi jest sztuka Bujnowskiego. To malarz, który po wiekach historii malarstwa jeszcze raz potrafi zarazić nas fascynacją niezwykłym fenomenem obrazu – obiektu, który potrafi być jednocześnie wszystkim i niczym. Bezużytecznym, prostym przedmiotem i zarazem czymkolwiek, co zechcemy w nim zobaczyć: nocnym pejzażem wsi Graboszyce, bryłą węgla, ludzką twarzą, kosmosem.

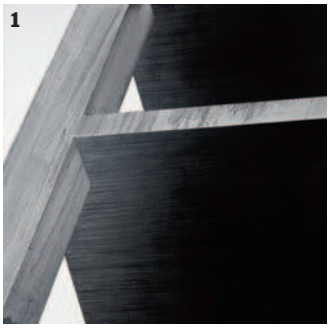
Ładnie

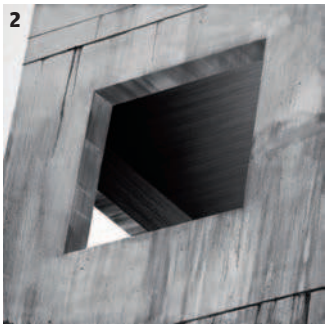
Historia Rafała Bujnowskiego jest spleciona z inną historią – z legendą Grupy Ładnie, która stała się z kolei mitem założycielskim nowej sztuki polskiej po 2000 roku. Ta opowieść zaczyna się na Wydziale Architektury Politechniki Krakowskiej w pierwszej połowie lat 90., w kółku plastycznym prowadzonym przez wykładowcę rysunku Marka Firka (rocznik 1958). Trafili tam trzej młodzi ludzie, którzy wkrótce mieli porzucić architekturę i przenieść się na ASP – najpierw Wilhelm Sasnal, później Marcin Maciejowski i Rafał Bujnowski. Przez koło plastyczne i pracownię Marka Firka przewinął się także nieżyjący już Józef Tomczyk zwany Kurosawą (rocznik 1943) – oryginał, dusza towarzystwa, barwna krakowska postać, człowiek wielu i żadnej profesji, okazjonalny statysta filmowy, zbieracz makulatury, a także model pozujący studentom architektury i ASP. Ta piątka miała sformować Grupę Ładnie. Nie wiadomo, kiedy dokładnie do tego doszło, wspomnienia uczestników wydarzeń są w tym względzie rozbieżne. Faktem jest, że w 1997 roku formacja działa już pełną parą. Cztery lata później o Ładnie zrobiło się głośno w całej Polsce, ale w tym czasie grupa już nie istniała: uczestniczący w niej malarze podkreślają, że w sensie formalnym właściwie nigdy jej nie było.

Ładnie to klasyczny artystyczny mit, jakich wiele jest w dziejach sztuki nowoczesnej, nieformalna, przede wszystkim towarzyska sytuacja, która później tężeje w historyczny fakt, brzemienny w artystyczne skutki. Na przełomie XX i XXI wieku rewelacja Ładnie polegała na przywróceniu sztuce poczucia rzeczywistości. Wilhelm Sasnal malował okładki płyt, których słuchał, i zobaczone w telewizji kadry wiadomości z wczorajszego dnia. Marcin Maciejowski opowiadał o polskiej codzienności, malując obrazy na podstawie fotek z tabloidów. A Bujnowski?

Pokazywał swoje prace na ulicy. Od 1998 r. prowadził Galerię Otwartą, która składała się z dwóch, w porywach czterech nośników billboardowych w centrum Krakowa. Pokazywał na nich proste rzeczy; potrafił na przykład na wielkim białym billboardzie postawić czarną gwiazdkę i napisać obok niej „śnieg". Opowieść Grupy Ładnie była o tym, że sztuka nie jest żadną magią, lecz zwyczajną rzeczą, którą robi się codziennie, aby mówić o codziennych sprawach. Ten prosty przekaz pozwolił odnaleźć się w świecie sztuki zupełnie nowej publiczności – generacji rówieśników malarzy, młodym ludziom, którzy zobaczyli nagle, że malarstwo może działać tak, jak muzyka ulubionej rockowej kapeli. Ładnowcy tworzyli sztukę pokoleniową, a ich sukces przypominał bardziej przebojowe wejście na scenę rockandrollowego zespołu niż klasyczne galeryjne kariery malarskie. Jak każda porządna kapela rockowa Ładnie rozpadło się dokładnie w tym momencie, w którym formacja wyszła z undergroundu i stanęła u drzwi salonów. Z pięciu oryginalnych uczestników grupy jeden (Kurosawa) nie żyje, drugi (Firek) został artystycznie zapomniany, zaś trzech pozostałych, czyli Sasnal, ➤

Na sąsiedniej stronie: „Kosmos", obraz, który powstał poprzez zakreskowanie płótna na chybił trafił (2007). **1, 2. Seria „Oczodoły"** ze ściekającymi smugami pigmentu (2010). **3. „Obrazy-przedmioty"**, czyli namalowane na płótnach cegły, deski, kasety VHS, pilot (1999–2002).


1


2

3

1. „Wiza”: obraz sfotografowany do amerykańskiej wizy artysty (2004). **2. „Malowanie papieża”** (2000). **3. „Śnieg”** z Galerii Otwartej (2009).

Maciejowski i Bujnowski, zostało klasykami nowego polskiego malarstwa. Każdy na swój sposób.

Tania sztuka z Polski

U progu XXI wieku Rafał Bujnowski miał w dziedzinie malarstwa do zaproponowania same konkrety. Na podłużnych blejtramach o wymiarach standardowej sosnowej deski malował przedstawienia desek – i układał je w stosy jak w składzie artykułów stolarskich. Na małych płótnach tworzył wizerunki kaset VHS w skali jeden do jednego. Na tej samej zasadzie Bujnowski przedstawiał cegły. Wyglądały tak, jakby można było z nich zbudować dom. Bujnowski robił z nich wystawy.

Cegły, deski i kasety Bujnowskiego sprowadzały malarstwo do parteru – obraz jest tylko tym, czym jest, i niczym więcej. Wystawy malarza wyglądały jak magazyny materiałów budowlanych, a sam artysta również schodził z piedestału, przedstawiając się jako robotnik sztuki, który po prostu robi swoją robotę. W 2000 roku pojechał do Londynu i pod świeżo wówczas otwartym muzeum Tate Modern urządził stragan ze swoimi obrazami-przedmiotami pod szyldem „Tania sztuka z Polski”. Namalowana kaseta wideo kosztowała wówczas u Bujnowskiego 19.99 funtów, oczywiście, „w promocji”. Malarz powielał prace seriami – wszystkie wyglądały tak samo i były sprzedawane jako zwykłe przedmioty.

Rok później Bujnowski przyjął zaproszenie do wystawy „Popelita” w krakowskim Bunkrze Sztuki. Wykonał dla tej galerii konkretną pracę: odmalował przybrudzoną fasadę galerii na świeży kolor, spędzając wiele dni na rusztowaniu. Była w tym geście zarówno przekora, jak i pokora artysty, który zaproszony do zaprezentowania dzieł sztuki proponował zamiast nich czyste malarstwo – użyteczne i z miejsca stające się częścią życia.

Tylko obraz, aż obraz

Wiele lat później Rafał Bujnowski pokazał „Kosmos”. Malarskie tondo: obraz namalowany na planie koła, które tak lubili artyści renesansowi, przedstawiał usianą gwiazdami przestrzeń nocnego nieba. Bujnowski żadnej z tych gwiazd nie namalował. „Komsos” powstał poprzez zakreskowywawnie płótna na chybił trafił. Za tym wizerunkiem wszechświata stała żmudna, mechaniczna praca – uparte mazanie wte i wewte tak długo, aż obraz stanie się niemal jednolicie granatowy. Niemal, ponieważ dokładne zarysowanie dużego obrazu cienką kreską jest trudne i można spędzić na tym zajęciu godziny, a spod warstw koloru wciąż przebijają białe, niezamalowane punkty. To właśnie one były gwiazdami. W tym obrazie zawarte jest wiele z tajemnicy, wokół której krąży Bujnowski. „Komos” to obraz, który przypomina tak zwany rysunek konferencyjny; jeden z tych nieświadomie tworzonych bazgrołów, które powstają, kiedy nudzimy się i mażemy długopisem po kartce. Bujnowski nie próbuje nikogo zaczarować i mówi otwarcie: to nie żaden kosmos, tylko bezładna mazanina. Za tym obrazem nie stoi nic więcej poza monotonną fizyczną czynnością, nie ma w tym żadnej tajemnicy. Sęk w tym, że jednak jest. Widz wie, jak powstaje taki obraz jak „Kosmos”, a jednak nie jest w stanie powstrzymać się przed zobaczeniem w nim nieba, gwiazd i międzyplanetarnych otchłani. Oto mechanizm, który napędza sztukę Bujnowskiego: artysta przypomina nam, że to tylko malarstwo, a odbiorca widzi „aż malarstwo”. W ściekających smugach pigmentu z serii „Oczodoły” dostrzega strukturę betonu i monumentalne, architektoniczne konstrukcje. W zamaszystych pociągnięciach czarnej farby na czarnym tle odnajduje przedstawienia kryształów węgla. Bujnowski jest zawsze o krok od czarnego obrazu, o krok od abstrakcji – i równie blisko konkretu. W jednej z serii prac malował kręgi, jakie kubek z kawą potrafi odcisnąć, kiedy postawi się go na wypolerowanym blacie albo na powierzchni płótna. Czy te nieregularne kształty są czystą abstrakcją, czy też przeciwnie, są czystym realizmem, odbiciem najprostszej, z życia wziętej sytuacji?

Jak namalować papieża

Bujnowski nigdy nie ukrywa swoich malarskich tricków. Przeciwnie, zawsze je zdradza, pokazuje nie tylko same obrazy,

KONSEKWENCJA tego programowo pracowitego artysty doprowadziła go do wirtuozerii.

ale i sposób, w jaki się je robi. Przed dekadą namalował instrukcję sporządzania portretu papieża Jana Pawła II. Seria prac pokazuje krok po kroku malarskie czynności niezbędne do stworzenia wizerunku słynnego Polaka. Są na tyle proste, że każdy jest w stanie je powtórzyć z gwarantowanym rezultatem. Bujnowski pochodzi z Wadowic, rodzinnego miasta Karola Wojtyły, miejsca, w którym kult papieża oraz jego wizerunki są wszechobecne. Zamiast od nich uciekać, postanowił mnożyć je dalej. Powtórzył własną instrukcję wielokrotnie, powielając portret Jana Pawła II tak długo, aż przestał cokolwiek znaczyć, zmieniając się niemal w abstrakcyjny motyw.

Z kolei w 2004 roku, jadąc na stypendium do USA, namalował swój autoportret. Sfotografował go w formacie legitymacyjnym i dołączył do podania o amerykańską wizę. Urzędnicy emigracyjni nabrali się, biorąc fotografię obrazu za zdjęcie człowieka. Po przyjeździe do Stanów Bujnowski – podobnie jak sprawcy zamachów z 11 września – zapisał się na kurs pilotażu. Nad ogarniętym obsesją bezpieczeństwa krajem krążył człowiek, który dostał się do USA, legitymując się ręcznie malowanym portretem. Lot Bujnowskiego uświadamiał, że namysł nad prawdą wizerunku nie jest abstrakcyjnym zagadnieniem, lecz kwestią postrzegania rzeczywistości, a w ostatecznym rozrachunku sprawą życia i śmierci.

Wszystko, czego chcesz

Praca i czysto fizyczny wysiłek tworzenia zawsze odgrywały ważną rolę w twórczości Bujnowskiego. Konsekwencja tego programowo pracowitego artysty doprowadziła go do wirtuozerii. Jest fenomenalnym technikiem: jednym pociągnięciem pędzla potrafi wykreować na obrazie przedmiot, przestrzeń – i nawet przypadek robi dla tego malarza wszystko, czego malarz zechce. Obrazy Bujnowskiego są piękne, ale są też mądre. Dlatego właśnie wydaje mi się dziś najciekawiej malującym artystą w Polsce. ●

ZDJĘCIA: BARTOSZ SIEDLIK/FORUM, GALERIA RASTER.

reklama

Studia **psychologiczne**

Studia II stopnia
Studia dla magistrów i licencjatów

SWPS oferuje specjalności w obszarach:

- psychologia i nowe technologie: neurokognitywistyka, projektowanie interakcji człowiek – technologia
- psychologia społeczna: biznes, zarządzanie, marketing, media
- psychologia kliniczna i zdrowia
- psychologia rozwoju: rozwój osobisty, coaching, psychoedukacja
- psychologia ogólna

Drzwi Otwarte w SWPS
7 września 2013 r.

Warszawa, Sopot, Katowice, Wrocław

www.swps.pl

SWPS
SZKOŁA WYŻSZA PSYCHOLOGII SPOŁECZNEJ

Nowy wymiar **psychologii**

Niezależnie od tego, jakie studia skończyłaś, znajomość psychologii doskonale uzupełni Twoją wiedzę i zwiększy Twoje szanse na rynku pracy. Według badań przeprowadzonych we Francji, kompetencje psychologiczne znajdują zastosowanie w 4 000 zawodów.

Jeśli pragniesz poszerzyć swoje wykształcenie o fachową wiedzę psychologiczną, możesz w SWPS wybrać studia II stopnia lub magisterskie w indywidualnej organizacji studiów dla licencjatów i magistrów.

dr hab. Ewa Trzebińska, prof. SWPS

Prorektor ds. dydaktyki, Dziekan Wydziału Psychologii Szkoły Wyższej Psychologii Społecznej

Design

O przedmiotach dobrze zaprojektowanych pisze **Małgorzata Czyńska.**

Ich inspirowane naturą projekty weszły już do kanonu wzornictwa. FRONT DESIGN to kobiece trio ze Szwecji – **Sofia Lagerkvist, Charlotte von der Lancken i Anna Lindgren.**

Fly Lamp, Horse i Rabbit Lamp oraz krzesło Balancing.

Sławę przyniosła wam kolekcja Animal Thing dla firmy Moooi: stojąca lampa w kształcie naturalnej wielkości konia, lampka-królik i stolik-świnia, zrobiły na świecie furorę.
Te projekty wzięły się z żartu. Zabawnie było pomyśleć, że świnia podaje do stołu, a koń oświetla salon. A tak serio, zrobiłyśmy wcześniej badania. Pytałyśmy ludzi, co im się podoba we wnętrzach, za co kochają przedmioty, a za co ich nienawidzą. Okazało się, że większość uwielbia ozdobne figurki. Zrobiłyśmy figurki w skali maksi.

Wasze projekty wzbudzają emocje – ludzie często traktują je jak zwierzęta domowe.
Fakt, nadają się do głaskania. Można je pokochać.

Na tym zwierzęce inspiracje się nie skończyły.
Obserwujemy zwierzęta, ich zachowanie, ślady, które zostawiają. W projekcie Design by Animals odwaliły za nas kawał roboty. Biegający szczur stworzył wzór tapety, lot muchy wokół żarówki wyznaczył kształt lampy, korniki zaprojektowały wzór na stoliku, ślad zapadającej się w śniegu psiej łapy to forma wazonu.

Wasze studio ma już dziesięć lat. Nie macie ochoty popracować każda na własną rękę?
Poznałyśmy się na studiach, gdzie każda z nas robiła własne projekty, miała swoje inspiracje. Ale dla nas projektowanie polega na współpracy, więc połączyłyśmy siły. Wiele czerpiemy z obserwacji otoczenia. Trzeba rozmawiać z ludźmi. Inspirują nas filmy i gry komputerowe, moda, sztuka, nowe technologie. Odkrycia czają się tuż za rogiem: kształt gazetownika wziął się z zarysu czasopisma, którego strony przewraca wiatr, niedawno kanapę i stolik pokryłyśmy deseniem, który tworzą nasze bezwiedne bazgroły, bo ciągle coś rysujemy, a punktem wyjścia kolekcji szkła była oszroniona szyba okienna.

Tworzycie „żywe meble" – na przykład kosz na śmieci, który rośnie w miarę, jak przybywa w nim odpadków. Albo sztywne krzesło, które z czasem mięknie i zmienia się w wygodny fotel. Czary?
Nie czary, tylko znajomość materiałów, technologii. Lubimy eksperymentować z tworzywem.

A co projektowanie ma wspólnego z magią?
Kto powiedział, że konkretny przedmiot nie może tworzyć iluzji? Nasza sofa Soft Wood wygląda jak twarda drewniana ławka, a to miękka kanapa z nadrukiem. Przy projektowaniu kolekcji mebli Magic pomagali nam prawdziwi magicy. Tak powstało krzesło balansujące na jednej nodze, lampa z lewitującym abażurem, komoda, której szuflady oddzielają się i odpływają w dal.

Wszystko to brzmi jak fantazje z „Alicji w krainie czarów", a jednak wasze kanapy są wygodne, krzesła stabilne, a lampy energooszczędne.
Projektowanie to nie jest sztuka dla sztuki. Nawet najbardziej ekstrawagancki projekt powinien być przyjazny odbiorcy.

Fotel TOGO. Projekt: Michel Ducaroy.
Więcej na stronie: www.ligne-roset.pl

You don't need to stand up to make an impression.

Przedstawiciele Ligne Roset na terenie Polski:

Gdynia, Studio Wnętrz Forma,
058 620 2555

Poznań, Galeria Wnętrza,
061 851 0467

Warszawa, Recamiere,
022 629 9097

Łódź, Dobry Styl,
042 612 3057

Bielany Wrocławskie,
Galeria Wnętrza, 071 781 8550

Kraków, Studio Meblowe ARKA,
012 656 3900

BEAUTIFUL STATEMENTS. ligne roset®

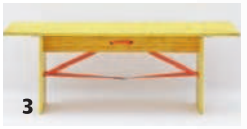
Design

O przedmiotach dobrze zaprojektowanych pisze **Małgorzata Czyńska.**

1

2

1. Dentelle, Samuel N. Bernier. 2. Improvisation Machine, Annika Frye.



3

4

5

Zrób to sam

Jak wyzwolić się spod dyktatu konsumpcjonizmu? Podpowiedź na wystawie zorganizowanej w wiedeńskim MAK-u (Muzeum Sztuki Stosowanej). Kluczem jest tu idea DIY (Do It Yourself, czyli Zrób To Sam, i to najlepiej z surowców wtórnych!), która opanowała myślenie projektantów. Sam pomysł nie jest może nowy, za to ostatnia dekada przyniosła wielkie zainteresowanie tematem, do czego przyczynił się Internet – blogi, fora, w ogóle cała kultura znana jako Web 2.0. Wśród projektów ze świata jest też dmuchana sofa Agaty Kulik i Pawła Pomorskiego.

Wystawa „Nomadic Furniture 3.0" czynna do 6 października.

3. MAK Table, Paola De Francesco i Joao Silva. 4. Draisienne, Andreas Bhend i Samuel N. Bernier. 5. Blow Sofa, Agata Kulik-Pomorska i Paweł Pomorski.

1

2

3

Drugie życie mebla

Jeśli już mowa o DIY, nie sposób nie wspomnieć o naszym rodzimym projekcie „Przetwory". Ludzie skupieni wokół niego od lat przekonują, że design ze śmietnika nie musi oznaczać bylejakości. Projekt zainicjowały w 2006 roku w opuszczonej hali Polskich Zakładów Optycznych na warszawskiej Pradze trzy fajne dziewczyny ***Marta Wójcicka, Monika Brzywczy i Anka Czarnota.*** Kto by się spodziewał, że ta oddolna inicjatywa: wystawa, targi, a jednocześnie konkurs spontanicznie tworzonych śmieciowych realizacji, doczeka się wystawy w nobliwym Muzeum Rzeźby im. Xawerego Dunikowskiego w Królikarni.

Wyatawa „Przetwory" czynna od 1 września do 24 października.

1. Krzesło z zakrętek, Katarzyna Kędzior. **2. Bolid z wanny,** Kaja Kordas i Grzegorz Pszonka. **3. Kalejdoskop,** Kolektyw Palce Lizać.

Nowy Ćmielów

Niby Polska porcelaną stoi – mamy świetne tradycje i dużo się u nas produkuje – a jednak trudno o dobrze zaprojektowane współczesne wzory. Nadzieje pokładane w Ćmielów Design (studio powstałe przy Polskich Fabrykach Porcelany „Ćmielów" i „Chodzież"), którym kieruje wybitny ceramik Marek Cecuła, nie były płonne. Wystarczy spojrzeć na tę kolekcję. New Atelier to półmiski, salaterki, talerze, filiżanki, imbryki, mleczniki i cukiernice w wersji białej niedekorowanej oraz z graficzną dekoracją w trzech kolorach. Do skomponowania wedle potrzeb – od pakietu śniadaniowego dla singla po serwis dla wielopokoleniowej rodziny.

Seria New Atelier/ok. 670 zł (za zestaw kawowy dla sześciu osób). ●

ZDJĘCIA: MATERIAŁY PRASOWE: ©MAK/GEORG MAYER ©VERONIQUE HUYGUES, ANNIKA FRYZ, ANREAS BHOND, ©MALAFOR, ©KNUT KOIVISTO; ARCHIWUM PRYWATNE.

Design for life.

Zainspirowało nas życie. Jego bogactwo, koloryt, piękno. Nowa generacja urządzeń do zabudowy Miele łączy legendarną jakość z najnowocześniejszą technologią i fascynującym designem. Odkryj świat pełen smaków i pasji. Świat Miele.

Miele – wszystko inne to kompromis.
www.miele.pl

Miele

Postać

Historię Jane Bowles opisuje **Anna Elżbieta Kamieniecka.**

MUSZĘ PISAĆ, *NIE MOGĘ PISAĆ*

Pierwowzór bohaterki książki „Pod osłoną nieba". Prywatnie żona jej autora, nie mniej zdolna od męża. Problem w tym, że talent literacki **Jane Bowles** był jak przebłysk w trakcie burzy. Mąż stawał na głowie, żeby odciągnąć ją od alkoholu, hord przyjaciół, toksycznych kochanek. Udało mu się jedno: Jane pozostawiła po sobie jedyną przezabawną, przejmującą do szpiku kości powieść.

Niewiele brakowało, a do ich spotkania w ogóle by nie doszło. Trudno o dwie równie chybotliwe natury. Jane Auer słynna była z niezdecydowania. Paul Bowles, delikatny i refleksyjny, nagminnie wspomagał się w podejmowaniu decyzji rzucaniem monetą. Jeszcze na studiach udręczony życiem zastanawiał się, czy wypić butelkę trucizny, czy pojechać do Paryża. To los (w tym przypadku rzut monetą) zadecydował o wyjeździe. I o tym, że po powrocie do Nowego Jorku w 1937 roku Paul usłyszał od przyjaciela Johna LaTouche: „Ta dziewczyna... po prostu fantastyczna, musisz ją poznać!".

Z burzą krótkich pofarbowanych henną włosów, wydatnymi zmysłowymi ustami i wywrotową inteligencją wywarła na Paulu ogromne wrażenie. Nigdy wcześniej kogoś takiego nie spotkał. Jane, wówczas 20-latka o „świetlistych jak u elfa oczach", zdobywała serca nowojorskich kręgów artystycznych swoim wariackim poczuciem humoru. Starszy o sześć lat Paul mógł uchodzić za jej przeciwieństwo. Notatki Jane zdradzają, że w tym zdystansowanym i przystojnym muzyku dostrzegła coś złowieszczego i że na jego widok powiedziała do przyjaciółki: „On jest moim wrogiem". Kilka dni później na wieczorku u E.E. Cummingsa, kiedy przysłuchiwała się planom Paula podróży do Meksyku z grupą przyjaciół, palnęła, że jedzie razem z nimi. Zaraz potem poszła zadzwonić. Poprosiła Paula do telefonu. Po drugiej stronie słuchawki czekała matka Jane. „Słyszałam, że zabiera pan moją córkę w podróż". Zanim wyjechali do Meksyku, musiał wpaść do domu Jane z kurtuazyjną wizytą . ➤

Mimo że byli ze sobą bardzo zżyci, Paul musiał przywyknąć do romansów żony z kobietami.

1. Portret Jane pędzla Maurice'a Grossera (1937). **2. Pisarka z mężem** w czasie wakacji z przyjaciółmi (wśród nich był m.in. Truman Capote) – 1949. **3. Bowles w Tangerze,** u jej boku w czadorze tajemnicza Cherifa.

1

2

3

Mężczyzna papuga

Urodzona w 1917 roku w Nowym Jorku, w rodzinie niepraktykujących Żydów, Jane od dziecka była ekscentryczką o wybujałej wyobraźni. Dom rodzinny zaludniały liczne siostry matki, która wołała na swoją ukochaną córkę „moje maleństwo warte milion dolarów". Ojciec, o wiele bardziej pragmatyczny i surowy, zmarł nagle, kiedy Jane miała 13 lat. Drugim wstrząsem w jej życiu był upadek z konia. Po dwuletnim pobycie w sanatorium w Szwajcarii 18-letniej Jane unieruchomiono kolano, przez co kulała i z typowym dla siebie humorem mawiała o sobie: „Kulawa żydowska lesba". Paul? Dzieciństwo autora „Pod osłoną nieba" było brutalniejsze. Babka zaświadczała, że ojciec chciał zabić go jako noworodka, wystawiając nagie dziecko w oknie na mrozie. Paul nigdy nie bawił się z innymi dziećmi, a matka zastraszana przez męża nie mogła nic poradzić na jego tyranię.

I tak oto w 1937 roku „fantastyczna dziewczyna" i „wróg" wyruszyli w podróż do Meksyku. Już w autobusie do Nowego Orleanu Jane była zakochana. Paul nie był jej pierwszą miłością, ale wcześniej przeżywała głównie zauroczenia kobietami. Aktorka Judith Anderson uznała ich za najbardziej szaloną parę, jaką widziała. „Ona miała jedną spódnicę, dwa płaszcze i walizkę z dziurą. On był elegancko ubrany i z pasującym bagażem. Byli sobie bardzo oddani". W opinii znajomych stworzyli wyjątkowo bliski związek. Co nie przeszkadzało Jane we flirtach. Uwielbiała wypróbowywać swoje erotyczne moce, nie kryła się z tym przed Paulem, choć sama była o niego wyjątkowo zazdrosna. Na przyjęciach potrafiła kolejno siadać facetom na kolanach i kiedy któryś domagał się, żeby przyszła do niego, wołała przez pół pokoju: „Chwileczkę, jeszcze nie skończyłam z Bobem!". Wystarczało jedno jej słowo, żeby towarzystwo zatarczało się ze śmiechu.

W tym układzie Paul musiał przywyknąć do jej pociągu do kobiet i późnych powrotów do domu, niekiedy bez butów. Reżim jego pracy twórczej legł w gruzach. Wiele nocy czekał, aż ona wróci, uważając, że jeśli chce się być z drugim człowiekiem, bierze się go takim, jakim jest.

Bawili się oboje myślą, jak to wszystkich, a zwłaszcza szacowne rodziny, przeraziłby ich ślub! „Ale, oczywiście, nie weźmiemy ślubu" – powtarzali sobie, aż pewnego dnia stwierdzili: „A dlaczego by nie? Zróbmy to!".

Pod koniec lutego 1938 roku wyruszają w podróż poślubną. Najpierw Panama, potem Paryż. To w jej trakcie kupują papugę Budupple, której zawdzięczają swoją ulubioną grę. Paul wchodził w rolę niepokornego mężczyzny papugi, który na nic się nie zgadza, a Jane jako matka zaganiała go do klatki. Ich niezwykłe porozumienie fascynowało ludzi wokół, jednak już we Francji doszło do spięć. Mimo obietnicy, że jako małżonkowie będą wolni, Paula dręczyło, że Jane była wiecznie otoczona ludźmi. W trakcie jednej z kłótni uderzył ją. Ona miała mu wybaczyć, ale kiedy dwa lata później sytuacja się powtórzyła w nowojorskim hotelu Chelsea, przestała z nim sypiać. Pozostali sobie oddani, ale zadra została. Według Paula od tego momentu Jane zaczęła rozsypywać się psychicznie.

Żona pisarza

„Widzisz te kobiety?" – spytała swojego przyjaciela Boo Faulknera. Był rok 1940. Siedzieli w barze w Taxco w Meksyku, po kilku miesiącach spędzonych w Acapulco. – „Zmienię ich życie".

Jedną z tych kobiet była Helvetia Perkins, pochodząca ze Szwajcarii 45-letnia rozwódka o surowym wyrazie twarzy. Podróżowała z córką i pod konserwatywnym przebraniem skrywała coś, co zaintrygowało młodą pisarkę. To było wyzwanie – uwieść zdyscyplinowaną Helvetię. Zimą kobieta przyjechała za Jane do Nowego Jorku. Przez następne lata Jane miała dzielić swoje życie między

męża i kochankę. Oprócz tego miewała poboczne romanse, ale tylko z kobietami – ze względu na uczucia Paula. Już wtedy rosła słabość Jane do alkoholu, podobnie jak jej problemy z pisaniem. Mawiała: „Muszę pisać i nie mogę pisać". Paul mobilizował ją: potrafił docenić jakość jej prozy, w której zaskakujące poczucie humoru stapia wątki grzechu i zbawienia, potęgi seksu i duchowości, rozkoszy bezpieczeństwa i przymusu wystawiania się na zagrożenie. Niektórzy przyjaciele brali jej blokadę twórczą za lenistwo. Jej słynny brak zdecydowania i odkładanie spraw na później podsycane były dziwacznymi fobiami, na które cierpiała już od śmierci ojca. Bała się jeździć windą, nienawidziła burzy, gdy słyszała zbliżające się pioruny, od razu sięgała po drinka.

Podobnie jak bohaterka swojej powieści opowiadała, że chciałaby zostać przywódcą religijnym, a zaraz potem wybuchała śmiechem. Trudno było odgadnąć, kiedy się zgrywa. O niej samej krążyły skrajne opinie – postrzegana była jako zjawiskowo odważna albo lękliwa, matczyna bądź dziecinna. Biografka Bowlesów Millicent Dillon twierdzi: „Tylko w trakcie pisania wiedziała, że nie gra. Z drugiej strony – im bardziej wyzbywała się swoich zabawnych sztuczek, tym bardziej była zblokowana".

Wiosną 1942 roku podcięła sobie nadgarstki. Paul uważał, że Helvetia, typ perfekcjonistki, miała destrukcyjny wpływ na Jane. Starsza kochanka, jakkolwiek wszechstronnie wykształcona, nie pojmowała aktu tworzenia. Sam wytrwale pomagał żonie w redakcji jej jedynej powieści „Dwie poważne damy". Niestety, wydane w 1943 roku dzieło, którym zachwycili się przyjaciele, m.in. Truman Capote i Tennessee Williams, spotkało się z niezrozumieniem krytyki.

Kolejne lata tylko nasiliły u Jane trudności z podejmowaniem najprostszych decyzji. Z wiekiem to pozorne przekomarzanie się z losem obnażyło rysy nadciągającej choroby psychicznej. Jane uparła się, że szaleństwo Kit, wzorowanej na niej samej bohaterki „Pod osłoną nieba", to rodzaj proroctwa. Paul nie umiał wybić jej tego z głowy. Sukces wydanej w 1949 roku powieści męża przyjęła ambiwalentnie, tym bardziej że jej sztuka „W letnim domku" wystawiona dwa lata później została skrytykowana. Kochała Paula, ale myślenie o sobie jako o „żonie pisarza" i zależność finansowa były dla niej źródłem upokorzeń.

Czarownica

Pierwszy raz popłynęła do Maroka w 1948 roku. Dołączyła do Paula przebywającego w Tangerze nieświadoma ➤

reklama

Jane próbowała pracować nad kolejnymi powieściami, ale jak to oceni po latach jej biografka: „Żeby być z innymi, przepuszczała swój talent. Talent, którego się bała i nienawidziła”.

odkrycia, jakim będzie dla niej krąg marokańskich kobiet. To mąż przedstawił ją Cherifie, 19-letniej analfabetce handlującej na targu w wielkim kapeluszu na głowie. Dziewczyna siedziała w małej budce okolona długimi lśniącymi czarnymi włosami i od czasu do czasu wybuchała dzikim śmiechem, pokazując złote zęby. Mówiono, że była lesbijką i lubiła wypić. Po tym, jak zaproponowała Jane miseczkę zupy, ta była już zakochana po uszy. Według biografki Dillon Cherifa miała być spełnieniem marzenia Jane o kobiecie szalonej. Grupa marokańskich wieśniaczek oczarowała pisarkę. Przy nieznajomości arabskiego jej podchody trwały miesiącami. Od początku było jasne, że Cherifa i jej podobne kobiety zobaczyły w Jane sponsorkę, ale jej samej to nie przeszkadzało.

„Najdroższy Bup – pisze w momentach rozłąki w liście do Paula – [...] w dalszym ciągu kocham Tanger – może z powodu poczucia bycia na granicy czegoś, co pewnego dnia przekroczę. Myślę, że nie czułabym tego, gdybym nie znała Cherify [...]”. W dalszej części listu obnaża swoją zależność od męża: „Zastanawiam się też, czy zawracałabym sobie głowę tym wszystkim, gdyby ciebie nie było. Nie wiem [...]”.

Paul poznał w tym czasie młodego marokańskiego malarza Ahmeda Yacoubiego, który od początku przestrzegał Bowlesów przed Cherifą. Bał się jeść cokolwiek, co przygotowała, uważał ją za czarownicę. Po tym, jak Jane – głucha na dobre rady – zwabiła kochankę do siebie (z Paulem mieszkali osobno), malarz namówił Bowlesa, żeby ten nie odwiedzał kobiet w ich domu. W kulturze marokańskiej niektóre kobiety egzekwowały władzę, uciekając się do magii – podrzucały pod poduszkę tajemnicze zawiniątka, które były w stanie rzucić na ofiarę urok: mogły równie dobrze rozkochać kogoś do szaleństwa, ale i zabić. Pod wpływem Yacoubiego Paul również zaczął obawiać się kochanki Jane. Żona z kolei była zazdrosna o kontakty Paula z nowym przyjacielem, mimo że wielokrotnie zapewniał ją, że nie ma między nimi relacji seksualnej (do dzisiaj zresztą niewyjaśnione są pogłoski o homoseksualnych skłonnościach Bowlesa). Jane przeżywała chwile paniki, a jednocześnie ciągnęła swoją relację z Cherifą.

W jej listach do męża pobrzmiewa tęskna „agonalna nuta”. Jane pogrążała się w alkoholizmie, łykała barbiturany, żeby zasnąć, i potrzebowała pomocy w najprostszych codziennych sprawach. Paul i przyjaciele sprzątali po niej, bo jej samej nie przeszkadzał bałagan. Jeśli była w humorze, to gotowała, jeśli nie, piła od samego rana. Idea posiadania dzieci przerażała ją. „Po co wydawać więcej dzieci na ten świat? – pytała. – Dzieci, które się nie rodzą, są szczęśliwsze”.

Sama zachowywała się chwilami jak dziecko. Pewnego dnia zdziwił ją brak odpowiedzi na prośbę do banku w Tangerze o przesłanie pieniędzy. Brzmiała ona następująco: „Drogi Panie... Jeśli pieniądze nie dotrą do wtorku, to się zastrzelę”.

Próbowała pracować nad kolejnymi powieściami, ale jak to oceni po latach jej biografka: „Żeby być z innymi, przepuszczała swój talent. Talent, którego się bała i nienawidziła”.

Z Cherifą wkrótce przestały być kochankami, ale uczuciowe uzależnienie Jane tylko narastało. Traktowała Cherifę jak córkę i dawała jej niemal wszystko, o co ta poprosiła. Przekazała jej swój dom, mimo że mieszkały we wspólnym mieszkaniu, w którym oprócz magicznych zawiniątek znaleziono otrutą papugę Bowlesów. Tam też Marokanka usiłowała ponoć wyłupić Paulowi oczy.

Nie dla mnie

4 kwietnia 1957 roku, podczas ramadanu, Jane pościła razem z innymi muzułmanami do zapadnięcia zmroku. Potem pokłóciła się z Cherifą i wlała w siebie kilka lampek koniaku. Skończyło się wylewem. Lekarz w Londynie określi jego skutki jako „najskuteczniejszy sposób, żeby zrujnować umysł pisarza”. Hospitalizacja w Nowym Jorku i powrót z Paulem do Tangeru były początkiem żmudnej rehabilitacji. Jane co prawda nadal pisała, ale pisanie było dla niej czystą torturą. Mówiła, że „każde słowo przypomina kucie w granicie”. Błagała bliskich, żeby pomogli jej w samobójstwie. Gdy źle się czuła, potrafiła rzucać głośno oskarżenia, jakoby to Cherifa ją podtruwała. A jednak nie zerwała z nią kontaktów.

Na przełomie ’62 i ’63 roku Bowles na tyle wydobrzała, że zdążyła się jeszcze dwa razy zakochać, ale po drugim wylewie nie było już szans na powrót do zdrowia. Jakby tego było mało, trafiła do szpitala psychiatrycznego w Maladze, gdzie zdiagnozowano u niej cyklofrenię. Nieukończona przez nią powieść miała już taką pozostać.

W 1965 roku „Dwie poważne damy” oraz zbiór opowiadań Jane „Proste przyjemności” stały się dużym sukcesem. Uznanie przyszło w momencie, kiedy pisarka miała pełną świadomość swojej degradacji psychofizycznej. W książce odwiedzającego ją przyjaciela podpisała się jako „martwa Jane Bowles”.

Tak naprawdę zmarła osiem lat później, 4 maja 1973 roku. Miała ponoć powiedzieć gorzko o Tangerze: „W ciągu 20 lat tutaj napisałam jedynie dwa opowiadania i nic więcej. To miasto jest dobre dla Paula, nie dla mnie”. ●

Korzystałam m.in. z książek: Millicent Dillon „A Little Original Sin” oraz Jane Bowles „My Sister’s Hand in Mine”.

ZDJĘCIA: GETTY IMAGES/FPM, BE&W, FORUM.

KRK

RMF Classic POLECA:

FESTIWAL MUZYKI FILMOWEJ W KRAKOWIE

fmf

www.fmf.fm

26—29.09.2013

MATRIX LIVE — FILM IN CONCERT

ALBERTO IGLESIAS: HIGHLIGHTS OF ALMODOVAR

WIELKA GALA FESTIWALU MUZYKI FILMOWEJ W KRAKOWIE

DREAMLANDS GŁOSY ISLANDII

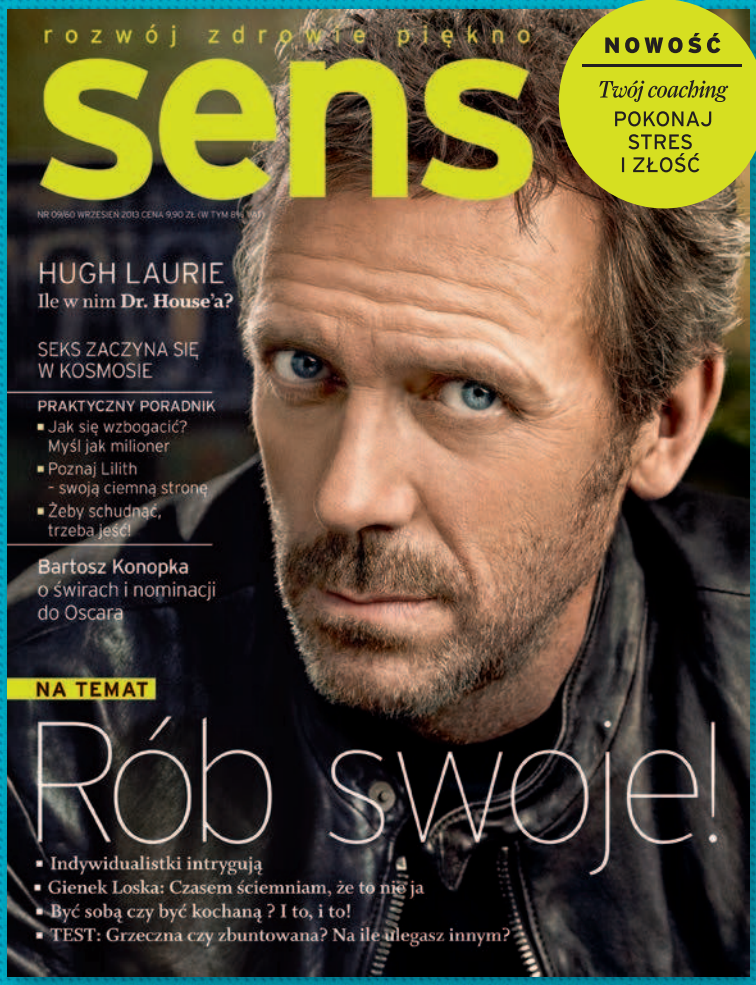
WERNER HERZOG & ERNST REIJSEGER

Zeskanuj kod i pobierz bezpłatną aplikację mobilną Festiwalu (iOS i Android)

Organizatorzy Kraków kbf RMF Classic

Współorganizator ArcelorMittal

Sponsor TAURON Polska Energia



PRAKTYCZNY MAGAZYN
ŚWIADOMYCH KOBIET

DR HOUSE & MR LAURIE, CZYLI
AROGANCKI LEKARZ KONTRA BRYTYJSKI AKTOR I MUZYK
TANTRA A MIŁOŚĆ
JAK ROZWIJAĆ KREATYWNOŚĆ DZIECI?
WARSZTATY: STWÓRZ MAPĘ ŻYCIA

+

NOWOŚĆ
Dział Twój Coaching
w tym numerze
Pokonaj STRES I ZŁOŚĆ

WRZEŚNIOWE WYDANIE JUŻ W SPRZEDAŻY

PRZEWODNIK
po MODZIE i URODZIE

ZDJĘCIA: MEDIUM.

TRENDY SEZONU

POZOSTAJE WZÓR KWIATOWY. TRIUMFALNIE WKRACZA KOLOR NIEBIESKI. KOBIECA SYLWETKA ŚWIETNIE SIĘ TRZYMA. RAMIONA SIĘ ZAOKRĄGLAJĄ. ODPOCZYWAMY PO KOLOROWYM LECIE W PASTELOWYCH BARWACH. I BEZ KOŃCA MOŻEMY NOSIĆ SZARY.

CÉLINE.

MIUMIU.

SONIA RYKIEL.

JONATHAN SAUNDERS.

ROCHAS.

Pastelowy płaszcz połącz z innymi jasnymi barwami lub z czernią.

THIERRY MUGLER.

VALENTIN YUDASHKIN.

ZMROŻONE

Pastelowa zima. Po eksplozji kolorów na zimę projektanci uspokajają sytuację zmrożonymi, delikatnymi barwami. Królują: lawenda, pudrowy róż, baby blue. Absolutny must have: pastelowy płaszcz.

JUNYA WATANABE.

VERSACE.

GIVENCHY.

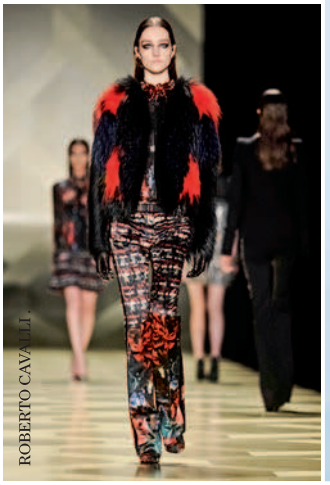
MOSCHINO.

J.W.ANDERSON.

Elegancja w stylu punk to błysk i czerń. Nabijane ćwiekami ubrania powracają.

DIESEL BLACK GOLD.

CHANEL.


ROBERTO CAVALLI.

JEREMY SCOTT.

ANARCHISTYCZNY SZYK

Grunge. Punk. Wpływy tych subkultur są bardzo widoczne w jesienno-zimowych propozycjach. Czerń, buntownicza kratka, skórzane elementy i wysokie buty.

VERSACE.

FENDI.

SIMONE ROCHA.

MARNI.

KENZO.

Futerko wokół szyi ma dwie funkcje: grzeje i zdobi.

PRABAL GURUNG.

ISSEY MIYAKE.

DRIES VAN NOTEN.

LANVIN.

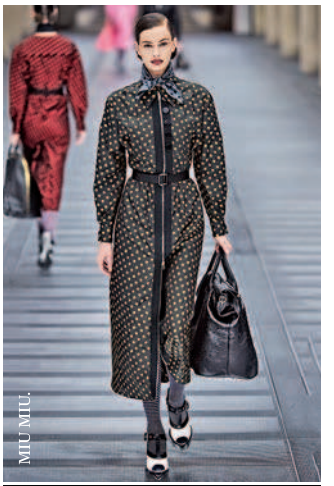
FUTRZAKI

Futra, ale nie klasyczne, eleganckie, tylko kolorowe i zabawne.
Trend dla odważnych. My zachęcamy do wykorzystywania futer ekologicznych.

MICHAEL KORS.

PRADA.

CALVIN KLEIN.


MIU MIU.

BURBERRY PRORSUM.

CAROLINA HERRERA.

Pasek w talii przyciąga uwagę. Ozdobny i kontrastujący.

AQUILANO RIMONDI.

LANVIN.

BOTTEGA VENETA.

ZWIĄŻ MNIE

Kobieca sylwetka z mocno zaznaczoną talią. Przewiązujemy żakiet, płaszcz, sukienkę czy sweter paskiem (grubszym lub węższym). I mamy talię osy.

CALVIN KLEIN.

VICTORIA BECKHAM.

COMME DES GARÇONS.

CHANEL.

ALEXANDER WANG.

HAIDER ACKERMANN.

Faktura i forma. I szary przestaje być nudny.

DOLCE & GABBANA.

VICTORIA BECKHAM.

ALEXANDER WANG.

SZARA STREFA

To podobno ulubiony kolor Polek na zimę. I bardzo dobrze, bo w tym sezonie projektanci robią nas na szaro. Szary nie znaczy nudny. Jesienią i zimą bawimy się fakturami i materiałami (tweed, grube sploty, kratka).

VALENTINO.

UNGARO.

CALVIN KLEIN.

WUNDERKIND.

KENZO.

MICHAEL KORS.

Szafirowa sukienka sprawdzi się w ciągu dnia i podczas wieczornego wyjścia.

UNIQUE.

UNGARO.

DRIES VAN NOTEN.

NIEBIESKIE MIGDAŁY

Niebieski rządzi w każdym odcieniu. Chabrowy, błękitny, electric blue, granatowy. Solo lub w połączeniu z czernią.

VALENTINO.

GIAMBATTISTA

VALENTINO.

ERDEM.

GIVENCHY.

LANVIN.

Czerwień i kwiaty od Lanvin to już klasyka.

CHRISTOPHER KANE.

ANTONIO MARRAS.

VALENTINO.

OGRÓD ZIMOWY

Po lecie zostają z nami kwiaty. To prawdziwy ogród zimowy. Nie muszą już być trójwymiarowe, ale nadal są duże i raczej na ciemnym tle.

PROENZA SCHOULER.

KENZO.

ALEXANDER WANG.

LACOSTE.

ALEXANDER WANG.

LACOSTE.

Dużo sylwetek z zaokrąglonymi ramionami znajdziemy w najnowszej kolekcji Lacoste.

KENZO.

BALENCIAGA.

GIVENCHY.

FOKUS NA RAMIONA

Sylwetka, w której najważniejsze stają się ramiona. Poszerzone i zaokrąglone. To hołd dla Cristóbala Balenciagi. Powrót pięknej formy.

ZDJĘCIA: MEDIUM.

do reMonTu

NOWY SEZON TO ZMIANY,
CO NIE OZNACZA, OCZYWIŚCIE, REZYGNACJI Z DOTYCHCZASOWEJ GARDEROBY. ZAMIAST BUDOWAĆ NOWY WIZERUNEK, MOŻNA GO ODŚWIEŻYĆ. WYSTARCZY ZAWIĄZAĆ PASEK W TALII, NIEKONIECZNIE ZRESZTĄ NOWY. ZAMIAST CZARNEGO PŁASZCZA WARTO KUPIĆ PASTELOWY LUB CHOCIAŻ MIĘSISTY SZARY. A DO STAREGO OKRYCIA – ZAŁOŻYĆ PRZYLEGAJĄCE DŁUGIE KOZAKI. IDEALNE TAKŻE DO BARDZIEJ PUNKOWYCH STYLIZACJI.
Nadchodzący sezon stwarza wiele możliwości.

Zdjęcia DANIEL STELMASZAK Tekst DOMINIKA ZASŁONA-DUKIELSKA

ZBUNTOWANI

Ona: marynarka SIMPLE, bluzka PAJONK, kolia H&M, szorty ROBERT KUPISZ, buty KAZAR, bransoletki (lewa ręka) APART, (prawa ręka) IOSSELIANI /HORN & MORE, pierścionek MISS MALWIA/TFH.

On: kurtka MARIUSZ PRZYBYLSKI, bluza H&M, spodnie ROBERT KUPISZ, buty GINO ROSSI, bransoletki ALDO, plecak MUM & CO.

Zdjęcie po lewej: Sukienka PINKO.

I FEEL BLUE

Kurtka i spódnica – SPORTMAX, zegarek APART, botki i skarpetki – MANILA GRACE.

LADY

Sweter BETTY BLUE, pasek REPORTER, rękawiczki MANILA GRACE, spódnica ŁUKASZ JEMIOŁ, buty COS, skarpetki FALKE.

ZROBIENI NA SZARO

Ona: sukienka COS, komin PARFOIS, buty DENI CLER, pierścionek APART. On: koszula i marynarka H&M, spodnie HUGO, buty KAZAR.

OVERSIZE

Bluza DENI CLER, kołnierz ARYTON, spódnica i buty – SIMPLE, getry FALKE.

OCIEPLENIE

Futerko sztuczne JOANNA R. WODZIŃSKA/FULL OF STYLE, body MAXMARA, szorty JUSTYNA CHRABELSKA, naszyjniki PARFOIS, bransoletka APART, pierścionki APART (prawa ręka), H&M (lewa ręka).

ZIMOWE PASTELE

Płaszcz DENI CLER, bluzka i spódnica – JUSTYNA CHRABELSKA, botki FERRONI, skarpetki CALZEDONIA, naszyjnik SHOUROUK /HORN & MORE.

Zdjęcia zrealizowano w budynku Cosmopolitan w Warszawie. Dziękujemy za pomoc w realizacji sesji; www.cosmopolitan.waw.pl

Dziękujemy również marce SEPHORA.

STYLIZACJA: DOMINIKA ZASŁONA-DUKIELSKA I MARCIN BRYLSKI. MAKIJAŻ: ALDONA SZEREPKO/SEPHORA ZŁOTE TARASY. FRYZURY: EMIL ZED/VAN DORSEN TALENTS. MODELKA: KAROLINA/MADE BY MILK. MODEL: BARTEK/AMQ. SCENOGRAFIA: DOROTA BORUŃ. ASYSTENT FOTOGRAFA: FILIP ZWIERZCHOWSKI. BACKSTAGE: FILIP OKOPNY/WWW.FASHIONBACKSTAGE.COM

SWEET HOME

I wreszcie jest w Polsce! Pierwszy salon H&M HOME. Kto był w zagranicznych butikach, ten wie, jakie cuda można tam znaleźć. Bajeczne poduszki, podstawki pod kubki, koce, pościel i inne. Prawdziwe królestwo dla domu i – co ważne – w przystępnych cenach. W tym sezonie króluje nowoczesny barok i rokoko: bogate zdobienia, wzory. Wszystko dostępne w nowym butiku w CH Klif (Okopowa 58/72) w Warszawie, już od września.

www.hm.com

NA CZASIE

Zegarki Albert Riele jest najnowszym dzieckiem w rodzinie APART. Łączy klasykę z nowoczesnością. Marka Albert Riele to świetny design, szwajcarska precyzja i dbałość o każdy detal.

www.apart.pl

SZARY MELANŻ

STEFANEL to marka, która słynie z doskonałych jakościowo materiałów: kaszmirów, dzianin, bawełny. Ale to też marka, w której co sezon odnajdziemy najnowsze trendy dostosowane do codziennego aktywnego życia. W nowej kolekcji jest mnóstwo szaro-melanżowych ubrań, przez superwygodne spodnie i ciepłe swetry, po spódnice i płaszcze.

www.stefanel.com

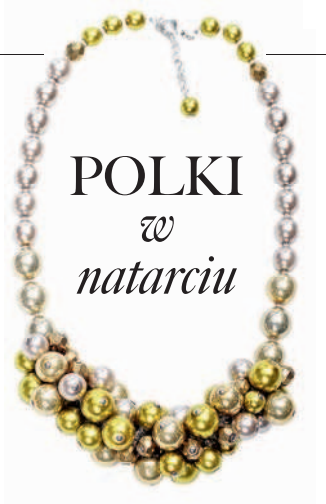
Jeden z uroków MODY polega na tym, że niczemu nie służy.”

FRANÇOISE GIROUD
(1916–2003)

DLA ***WSZYSTKICH***

Buty Clarks reprezentują prawdziwy brytyjski szyk. Są także piękne, starannie wykonane, wygodne, również te na obcasie. Mokasyny i oksfordy powinny się znaleźć w każdej szafce z butami. Na jesień są niezastąpione. Do sukienek i spodni. Do skarpetek i rajstop.

www.clarks.pl



POLKI *w natarciu*

W sezonie jesień/zima 2013/14 w kampaniach rodzimych marek biorą udział wspaniałe polskie modelki. Kibicujemy dziewczynom i markom! Nowa kolekcja MONNARI jest nowoczesna i miejska. Za obiektywem stanął Thanassis Krikis. A przed nim Julia Bijoch – starsza siostra sławnej Zuzanny Bijoch. Równie zjawiskowa. ARYTON – marka, która od kilku sezonów zachwyca kolekcjami i zdjęciami – w tym sezonie postawiła na inną piękną polską modelkę – Karolinę Wąż. Efekty sesji są zachwycające. Obie dziewczyny brały udział w sesjach mody „Zwierciadła" w 2012 roku.

www.monnari.com.pl,
www.aryton.pl

OZDOBA *dla nóg*

Rajstopy w okresie jesienno-zimowym w naszym klimacie są niezbędne. Nie tylko chronią przed zimnem, ale mogą być prawdziwą ozdobą. To dopełnienie codziennej elegancji. Te kryteria spełnia nowa kolekcja **Marilyn,** *którą zaprojektowała* **Patrycja Gucci.** *Projektantka i malarka, która swoją karierę zaczynała w domu mody Gucci.*

www.marilyn.pl

IKO NY

W tym roku marka HUGO obchodzi swoje 20. urodziny. Ponadczasowa i nowoczesna zarazem. Z okazji jubileuszu przygotowała 20 wyjątkowych propozycji. To klasyczne zestawy, ale w nowej odsłonie.

www.hugoboss.com

NIE TYLKO BUTY

Wyjątkowe miejsce na mapie Warszawy: butik Intenso. Tu znajdziemy najnowsze, wyselekcjonowane kolekcje butów. Nas najbardziej urzeka awangardowa kolekcja POLLINI. Włoskie skóry, wzornictwo i jakość. Dostępne są też inne marki: Kenzo, Marc by Marc Jacobs (słynne baleriny myszki), Baldinini, Emu Australia (niezastąpione na zimę) itd. A także akcesoria Furla czy Coccinelle. Można tu także kupić nowe zagraniczne magazyny modowe.

Butik Intenso,
Warszawa, ul. Nowy Świat 5

PEPITA

Pepita Rose to nowa kolekcja FREY WILLE. Inspiracją do niej była tancerka flamenco Josefa de Oliva, znana jako Pepita. Jej imieniem nazwano unikalny gatunek róż o delikatnych płatkach, którą artyści FREY WILLE wkomponowali w niezwykły design Pepita Rose. Romantyczne róże i geometryczny wzór pepitki. I mamy duet doskonały.

www.frey-wille.com

WIELKA *IMPROWIZACJA*

Vocalise to całkowita swoboda głosu, improwizacja, która daje artyście nieograniczoną wolność. Ale to też nazwa autorskiej kolekcji ***Anny Marii Jopek.*** *Artystka stworzyła ją razem z projektantką Anną Orską dla marki W.Kruk. Ta nowa kolekcja to różnorodne geometryczne formy, które każdy może zinterpretować po swojemu.*

Już dostępna w salonach W.Kruk.

C WYSTAWA NA WYSTAWIE

COS już od roku jest obecny na polskim rynku i z tej okazji marka zaprosiła wybrane studia projektowe do współpracy. Przez trzy tygodnie STUDIO RYGALIK, biuro architektoniczne MOOMOO oraz duet projektantów CHMARA. ROSINKE będzie przedstawiać swoje prace w witrynach sklepu COS. Prace te nawiązują do filozofii marki.

Wystawa potrwa od 19.09 do 12.10.2013 w sklepie COS, przy Mysiej 3 w Warszawie.

MODa i SZTUKA

Art & Fashion to jedna z ważniejszych imprez modowych w Polsce. *Także dlatego, że co roku można wziąć udział w warsztatach ze specjalistami w dziedzinie mody. Rekrutacja na warsztaty, które odbędą się podczas tegorocznej edycji festiwalu w Starym Browarze, już się zaczęła. W tym roku do prowadzących dołączyli: łotewski duet projektantów Mareunrol's (warsztaty z projektowania mody), ilustratorka Magda Antoniuk (warsztaty z ilustrowania mody) i bloger* ***Scott Schuman*** *(warsztaty stylizacji).*

Więcej o warsztatach i festiwalu na stronie: www.starybrowar5050.com/artandfashionfestival/

ZRÓB TO *z LENOVO!*

LENOVO, *firma kojarzona z komputerami i urządzeniami mobilnymi, wkracza w świat mody, ilustracji, muzyki, designu, fotografii i będzie szukać młodych talentów. W projekcie „For those who Do. Zrób to z Lenovo!" udział wezmą m.in. znana fotografka Lidia Popiel, projektant mody Łukasz Jemioł, wokalistka i dziennikarka radiowa Novika, ilustratorka mody Olka Osadzińska. Na początku z Olką zostanie przeprowadzony konkurs dla początkujących ilustratorów. W finale do wygrania atrakcyjna nagroda na realizację zawodowego marzenia. Do dzieła!*

OPRACOWANIE: DOMINIKA ZASŁONA-DUKIELSKA. ZDJĘCIA: MATERIAŁY PRASOWE, FREE, MEDIUM, BE&W.

NOWOŚĆ WYPRÓBUJ TERAZ

3x SKONCENTROWANE DZIAŁANIE PIORĄCE*

PRANIE, USUWANIE PLAM, UTRZYMANIE BLASKU TKANIN

SKUTECZNOŚĆ DZIĘKI TECHNOLOGII

Kapsułki piorące Ariel Power to pierwszy środek piorący w kapsułkach **z trzema przegrodami**.
- **Wyjątkowa konstrukcja** kapsułki z trzema przegrodami zapewnia stabilność składników detergentu aż do czasu ich rozpuszczenia się w praniu.
- **Zaawansowany technologicznie proces** piorący rozpoczyna się po rozpuszczeniu w wodzie specjalnej folii chroniącej detergent.
- **Unikalna skuteczność:** kapsułki Ariel Power to najlepszy środek piorący Ariel w płynnej formie!

MAŁY ROZMIAR, MAXI SIŁA

Kapsułki piorące Ariel Power to najnowsze rozwiązanie łączące skuteczność i wygodę, jakich oczekujesz od zminiaturyzowanej, lecz potężnej technologii. Kapsułki piorące Ariel Power to:
- **najbardziej skoncentrowany** środek piorący od Ariel – zaledwie 28 ml w jednej kapsułce,
- **potrójne, skoncentrowane działanie piorące** – pierze, usuwa plamy, utrzymuje blask tkanin.

NOWE KAPSUŁKI DO PRANIA ARIEL SĄ DOSTĘPNE W 3 WARIANTACH:

Ariel Mountain Spring
DO PRANIA TKANIN BIAŁYCH I W JASNYCH KOLORACH

Ariel Color & Style
DO PRANIA TKANIN KOLOROWYCH

Ariel Touch of Lenor Fresh
DLA DODATKOWEJ ŚWIEŻOŚCI

ARIEL
POWER CAPSULES

Więcej informacji na: **www.ariel.pl** i **www.everydayme.pl**

*pranie, usuwanie plam, utrzymanie blasku tkanin

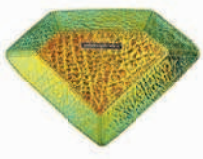
JAK WSZYSTKIE ŚRODKI CZYSTOŚCI, PRODUKT NALEŻY PRZECHOWYWAĆ POZA ZASIĘGIEM DZIECI.

Szefowa działu mody ***Dominika Zasłona-Dukielska.***

WYŁĄCZNIE DLA CIEBIE

Rzeczy robione na miarę to niewątpliwie luksus. Są droższe od tych z sieciówek. Trzeba na nie czekać dość długo. Ale warto, bo efekt jest zachwycający.

Jeden z projektów ***Zosi Chylak.*** *Klasycznie i pięknie.*



Torebki zaprojektowane przez ***Sabrinę Pilewicz.***

Ja mam swoją sukienkę *made to measure* (jak jest napisane na metce) od **Sabriny Pilewicz** (www.sabrinapilewicz.com), jednej z moich rozmówczyń. Sabrina projektuje sukienki, suknie ślubne, ale też torebki. Ma je w niezliczonych kolorach i wzorach (mniejsze, większe, biznesowe, na wieczorne wyjście, dzienne). Wszystkie świetnie wykonane, z najwyższej jakości skór z Włoch, ale robione w Polsce. Każda jest dokładnie przemyślana, ma schowki, kieszonki, a nawet najmniejsze modele są zaskakująco pojemne. Sabrina z krawiectwem jest związana przez mamę. Torebki zaczęła robić dla siebie. No i dla klientek. Można dowolnie wybrać sobie model, kolor skóry i dedykację.

U Zosi Chylak i Agi Prus też można wybierać. Te trzy młode dziewczyny łączy oprócz wykonywania rzeczy dla konkretnego klienta pasja przekazana w genach. **Zosia Chylak** (www.zofiachylak.com) miłość do mody i eleganckich ubrań wyniosła z domu, od mamy i babci. Dziś sama projektuje sukienki, płaszcze, kożuchy na indywidualne zamówienie. Żeby stać się posiadaczką takiej unikalnej rzeczy, na pewno trzeba uzbroić się w cierpliwość, bo to slow fashion. Zanim zaprezentujemy się w nowym stroju, upłynie ok. 30 dni i minie kilka spotkań. Na pierwszym spotkaniu zawsze najpierw trzeba się poznać, porozmawiać, żeby mógł powstać projekt (to podkreślają wszystkie projektantki). Potem następują kolejne: prezentacja pomysłu, zdjęcie miary, przymiarki, odbiór. Warto jednak poczekać, bo taka rzecz posłuży długo. Zosia potwierdza moje przypuszczenia, że najczęściej zamawiane są sukienki na ślub (dla panny młodej, ale i dla gości). Choć mnie się wydaje, że najlepiej byłoby mieć taką wyjątkową, np. codzienną spódnicę, która doskonale leży na sylwetce. Kiedyś w pewnych sferach szycie na miarę było standardem, dziś coraz trudniej znaleźć dobrych konstruktorów, krawców, którzy szyją od podstaw, a nie tylko przerabiają.

A marzeniem (jeszcze niespełnionym) byłoby spacerować na co dzień w butach zaprojektowanych dla moich stóp. Myślę o tym zawsze, gdy kolejna para mnie obciera, uciska. Dla nietypowych rozmiarów, a także stóp z problemami to prawdziwe wybawienie. Całkowicie ręcznie robione buty od **Agi Prus** (www.agaprus.pl) są naprawdę wyjątkowe. W projektowaniu każdy detal ma znaczenie, a tu wszystko jest wykonane ręcznie, ze skóry (łącznie z podpodeszwą). No i buty są obłędne: angielki, mokasyny, baleriny, czółenka na obcasie. Można je dowolnie dopasować do nogi. Aga swoją pasję i zawód odziedziczyła po dziadku, słynnym w Warszawie szewcu Brunonie Kamińskim. Marka odwołuje się do tradycyjnego rzemiosła szewskiego. W wytworzenie każdej pary zaangażowana jest Aga i dwóch rzemieślników: szewc i cholewkarz. Ja już wiem, na co będę oszczędzać. ●

ZDJĘCIA: RAFAŁ MASŁOW, MATERIAŁY PRASOWE.

ŚWIEŻE SPOJRZENIE NA MODĘ

Konkurs na najlepszą stylizację, współtworzenie e-magazynu o modzie, zakupy w towarzystwie autorytetów ze świata mody, możliwość wygrania cennej nagrody... Projekt Siemens FreshLook to przede wszystkim zaproszenie do zabawy trendami i własnym wizerunkiem.

Pomysł jest prosty: na stronie **siemensfreshlook.pl/** ogłaszany jest konkurs na najlepsze stylizacje, internauci mają też możliwość współredagowania modowego e-magazynu. W ramach projektu można bowiem nie tylko oglądać prezentowane kreacje i czytać inspirujące materiały, ale również kreować treści i publikować własne stylizacje. Wszyscy internauci mogą wysyłać swoje propozycje i głosować na innych uczestników. W kolejnych wydaniach e-magazynu „Siemens FreshLook", które można pobrać co dwa tygodnie przez czas trwania kampanii, znajdują się m.in. zdjęcia najlepszych stylizacji, wywiady, komentarze czytelników, opinie Karoliny Malinowskiej, teksty Macieja Zienia i blogerów modowych. Zwieńczeniem akcji są finałowe zakupy

z Karoliną Malinowską, której towarzyszą Maciej Zień i Anna Wendzikowska.

Konkurs Siemens FreshLook organizowany jest przez markę Siemens AGD od 2011 roku. Ostatnia edycja trwała od 25 marca do 19 maja 2013 roku. Jesienią konkurs zostanie ogłoszony już po raz czwarty. Będzie opierał się na znanych już internautom zasadach: podzielony będzie na kilka edycji tematycznych; w każdej z nich jedna osoba wygra 3000 zł na zakupy. W trakcie wielkiego finału z grona finalistów wybrany zostanie zwycięzca nagrody głównej, którą jest pralka i suszarka do ubrań marki Siemens. W jury konkursu zasiadać będą: Karolina Malinowska, Maciej Zień oraz Anna Wendzikowska, w kampanię włączą się także blogerzy modowi.

29 maja 2013 roku w CH Złote Tarasy w Warszawie spotkało się czworo finalistów konkursu na najlepszą stylizację, którzy pod okiem stylistki i redaktor naczelnej e-magazynu „Siemens FreshLook" Karoliny Malinowskiej, projektanta Macieja Zienia oraz dziennikarki Anny Wendzikowskiej spędzili cały dzień na zakupach marzeń. Każdy uczestnik miał do wydania 3000 zł.

W trakcie finału przyznano nagrodę specjalną dla osoby, która swoją stylizacją skompletowaną podczas zakupów oddała najlepiej ideę „FreshLook". W ostatniej edycji konkursu jurorzy zdecydowali się nagrodzić Grzegorza Bochenka, który wygrał pralkę i suszarkę do ubrań marki Siemens.

ZDJĘCIA: MATERIAŁY PRASOWE.

Informacje o starcie kampanii i konkursu będą ogłaszane na fanpage'u akcji, pod adresem https://www.facebook.com/SiemensFreshLook oraz na fanpage'u Siemens, pod adresem https://www.facebook.com/SiemensHomePolska

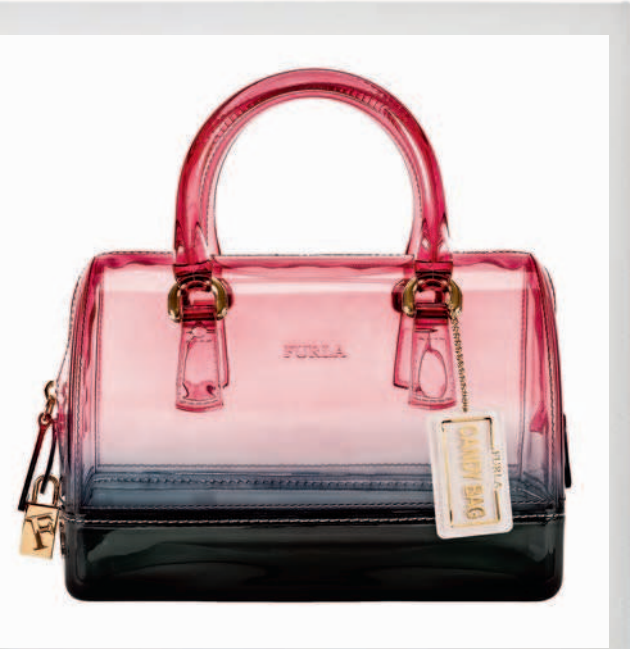
KAZAR 499 ZŁ.

DKNY 1067 ZŁ.

MANILA GRACE 400 ZŁ.

VENEZIA 449 ZŁ.

OBAKU WZÓR.



FURLA 1270 ZŁ.

DAMĄ BYĆ

STUKOT OBCASÓW (NIEZBYT WYSOKICH). POJEMNA TOREBKA, ALE NIE ZA DUŻA. *TALIA PODKREŚLONA PASKIEM.* APASZKA ZAWIĄZANA NA SZYI, TOREBCE LUB NADGARSTKU. *W TYM SEZONIE WARTO BYĆ DAMĄ.*

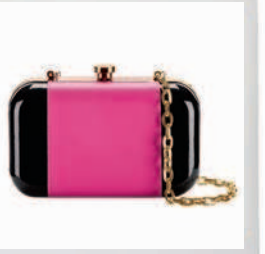
TOUS 2869 ZŁ.

EGO WZÓR.

MANILA GRACE 1500 ZŁ.

HUGO 1990 ZŁ.

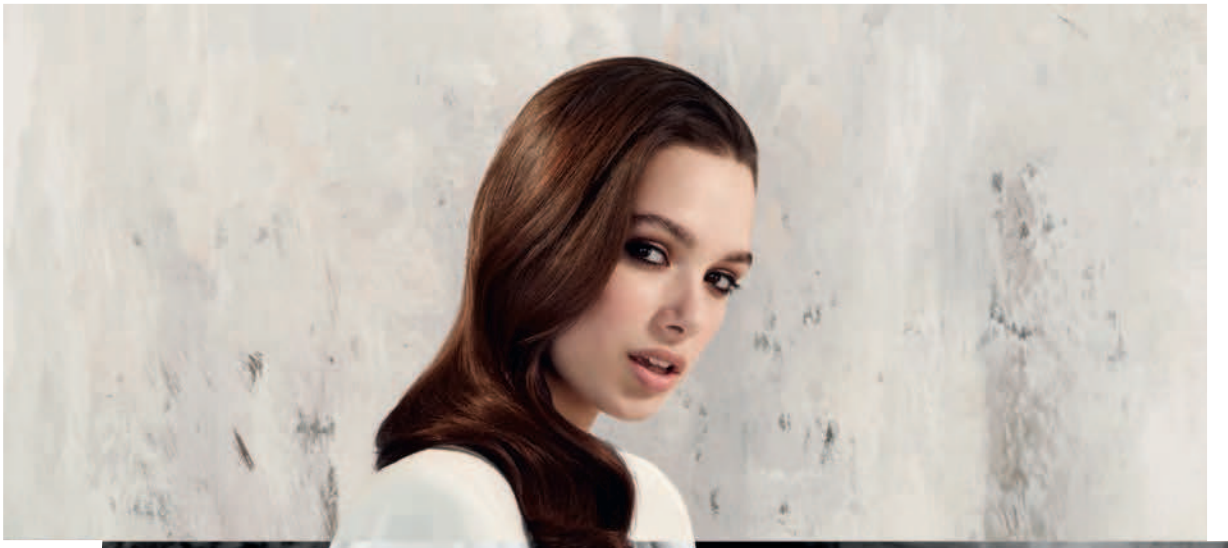
OMEGA 61490 ZŁ.



FURLA 640 ZŁ.

CH CAROLINA HERRERA OD 435 ZŁ.

ZDJĘCIA: MATERIAŁY PRASOWE, 123RF.COM



PODKRĘĆ SWÓJ LOOK OD POCZĄTKU DO KOŃCA

Z ŻELEM W SPRAYU MODELUJĄCYM LOKI
TONI&GUY SPRAY GEL FOR CURLS
PODKREŚL **SKRĘT FAL** I UZUPEŁNIJ LOOK KLASYCZNĄ MARYNARKĄ

TONI&GUY™

HAIR**MEET**WARDROBE.COM

DOSTĘPNE WYŁĄCZNIE
W DROGERIACH
ROSSMANN

ŁATWO, SZYBKO I PRZYJEMNIE – *za to lubimy zakupy w Internecie. Zawsze mamy możliwość zwrotu, porównania ofert i naprawdę szeroki wybór. Bo w sieci można znaleźć wszystko. To nasz wybór.*

SPEŁNIONE MARZENIE

Dream Nation *to marka, w której zakochałam się już jakiś czas temu. Świetnej jakości organiczna bawełna i niebanalne wzory. Legginsy dla dzieci, sukienki dla dorosłych. To pozycje obowiązkowe. I jeszcze bluzy dla każdego. Kupując tu, jesteśmy eko, wspieramy polską markę i mamy najmodniejsze wzory. Od niedawna ubrania są dostępne także w realu w showroomie na warszawskiej Saskiej Kępie.*

www.dreamnation.eu

ELEGANCJA W INTERNECIE

Nowy i wyjątkowy portal dla kobiet i mężczyzn z unikalnymi dodatkami. Wszystkie łączy znakomita jakość, krótkie serie, niepowtarzalność i szyk. Znajdziemy tu oryginalne okulary przeciwsłoneczne, eleganckie apaszki, naszyjniki, ale też małe etui na biżuterię (bardzo pomysłowe) lub pióra. Warto zajrzeć i coś upolować.

www.net4chic.com

BUTY PONAD WSZYSTKO

Wiadomo – potrafią odmienić każdą stylizację. Dlatego butów nigdy za wiele. Na platformie Sarenza.pl jest ich w bród. Ponad 400 marek dla kobiet, a także szeroka oferta dla mężczyzn i dzieci. Jedyny problem to zbyt duży wybór...

www.sarenza.pl

R RISOTTO GUCCI

Zjeść risotto inspirowane suknią Gucci lub mus przypominający letnią kolekcję Louis Vuitton? Możliwe. Odwiedźcie blog ***TasteofRunway.com,*** *a rozsmakujecie się w pokazach mody. Zróbcie też swoją ulubioną kreację na obiad!*

www.tasteofrunway.com

OPRACOWANIE: DOMINIKA ZASŁONA-DUKIELSKA. ZDJĘCIA: MATERIAŁY PRASOWE, MEDIUM.

Adriatica ref.3692.1213QZ

Stalowa koperta zdobiona kryształkami Swarovskiego, skórzany pasek, utwardzane szkło, mechanizm Ronda 763 Swiss Made, wodoszczelność 5 ATM. Cena sugerowana 425 zł

www.alkor-watch.pl

Adriatica
Swiss Made Watches

PIONIERKA defektów

REWOLUCJONISTKA. DOKONAŁA PRZEWROTU W MODZIE, KIEDY POKAZAŁA, ŻE NIE SYLWETKA RZĄDZI STROJEM, TYLKO STRÓJ SYLWETKĄ. KOLEKCJA DOKUMENTUJĄCA TĘ IDEĘ ZMIENIŁA PARYŻ. JEDNEGO DNIA. KENZO CZY ISSEY MIYAKE PRACOWALI NA SWĄ POZYCJĘ STOPNIOWO. ICH RODACZKA REI KAWAKUBO, TWÓRCZYNI FIRMY COMME DES GARÇONS, ***zrobiła to na zasadzie wejścia smoka.***

Tekst MAŁGORZATA CZYŃSKA

Drobna kobieta w skórzanej ramonesce, z równo przyciętą grzywką przypomina wojownika ninja, komandoskę albo szefową bandy motocyklowej. „Trudno mi wyobrazić sobie Rei Kawakubo śpiewającą punkowe karaoke w barze w Shibuya w Tokio – pisze Terry Jones w najnowszej monografii projektantki (wyd. Taschen) – albo opowiadającą dowcipy nad filiżanką earl grey. Albo piekącą ciasteczka na przyjęcie urodzinowe. Pani Kawakubo jest wodzem i dzikuską Comme des Garçons, japońskiej marki odzieżowej, która stała się ikoną mody, sławnej z niekonwencjonalnego i intelektualnego podejścia do kwestii ubrań". 70-latka o aparycji i inwencji młodej dziewczyny od ponad 40 lat szokuje tym, co moda, łamiąc konwencje, może zrobić z ludzkim ciałem. Ubrania asymetryczne, nakładane warstwowo, drapowane, szarpane, zawijane, wiązane, wybrzuszone w nietypowych miejscach, ➤

Sweter projektu ***Rei Kawakubo*** *(1982).*

Kreacje z pokazów ***Comme des Garçons****: jesień/zima 2012/2013, kolekcja* ***„Bump"*** *(1996)...*

...oraz pokaz wiosna/lato 2010.

Biografia Rei Kawakubo *autorstwa Terry'ego Jonesa (wydawnictwo Taschen).*

ze szwami po prawej stronie, to klasyka Kawakubo. Pytana o ograniczenia, jakie przed projektantem mody stawia ludzka sylwetka, odpowiada: „Nie ma żadnych ograniczeń". Swoją tezę udowadnia konsekwentnie. Już po jej debiutanckim pokazie w Paryżu w 1981 roku ludzie z branży orzekli, że „odtąd moda nie będzie taka sama".

Jak chłopcy

Rei Kawakubo jest samoukiem czy raczej, jak chcą jej fani, samorodnym talentem, geniuszem mody, do której weszła trochę od tyłu. Zaczęła szyć dla siebie, bo w sklepach nie mogła znaleźć żadnych zachwycających ubrań, a chciała się wyróżniać z otoczenia, chciała ubraniem podkreślać swoją osobowość i nastrój. Córka pracownika Uniwersytetu Keio i nauczycielki angielskiego, urodziła się w 1942 roku. Dorastała w Tokio w biednych powojennych czasach, kiedy Japonia była pod amerykańską okupacją. Jak na dziewczynę z dobrej rodziny przystało, Rei studiowała literaturę i historię sztuki. Po dyplomie znalazła pracę w wielkim zakładzie chemiczno-tekstylnym. Pracowała w dziale reklamy i promocji jako stylistka. Gdy tylko nawiązała liczne kontakty z fotografami i agencjami reklamowymi, rzuciła posadę i została freelancerką. „Chciałam mieć jakąś pracę, która dawałaby mi pieniądze – wspominała swoje początki w zawodzie projektantki – ponieważ wtedy dla mnie posiadanie pieniędzy oznaczało wolność. Nigdy nie marzyłam, żeby być projektantką mody. Kiedy byłam młoda, to był tylko sposób na zarabianie na życie". Miała 27 lat, kiedy w 1969 roku wystartowała z marką Comme des Garçons i zaczęła produkować damskie ubrania (po czterech latach zarejestrowała firmę, po sześciu otworzyła flagowy sklep w tokijskiej dzielnicy Aoyama). Trafiła na dobry moment, bo w latach 60. nie tylko na Zachodzie kultura młodzieżowa spowodowała boom w branży odzieżowej, także w Japonii rozwinął się rynek mody. Nazwała firmę Comme des Garçons (Jak chłopcy), bo podobało jej się francuskie brzmienie słów. Kilka miesięcy wcześniej zachwyciła się usłyszaną przypadkiem piosenką Françoise Hardy „Tous les garcons et les filles" (Wszyscy chłopcy i dziewczęta).

Czas apokalipsy

Obszerny, czarny, podziurawiony sweter projektu Kawakubo wywołał na paryskim pokazie szok i przeszedł do historii mody, a projektantka z dnia na dzień zyskała rozgłos. Zadebiutowała w Paryżu w czasie, kiedy francuskie krawiectwo było w stanie marazmu. Panował styl glamour – kobiety niczym klony nosiły dopasowane kostiumy z rozbudowanymi ramionami à la Thierry Mugler, zabójcze szpilki, aktówki w dłoniach i gładko ulizane koczki na głowach. Dla kontrastu na znaczeniu zyskiwał punkowy Londyn. Japońscy projektanci ze swoją estetyką byli we Francji dość znani już wcześniej – Kenzo Takada zadebiutował tu w 1970 roku, Issey Miyake własną kolekcję po raz pierwszy w Europie pokazał na Paris Fashion Week w 1973 roku. Uznaną projektantką była Hanae Mori, która w 1977 roku otworzyła w Paryżu swój showroom. Panująca w Japonii ekonomiczna prosperity wpłynęła na to, że wielu projektantów zaczęło pokazywać swoje kolekcje w Paryżu. Rei Kawakubo z Comme des Garçons i Yohji Yamamoto (prywatnie byli wtedy parą) zadebiutowali w stolicy mody w kwietniu 1981 roku. Dzisiaj ten pokaz określa się jako przełomowy, ale tak naprawdę wtedy obejrzała go garstka ludzi. Dopiero rok później, kiedy zostali członkami Fédération Française de la Couture, swoje kolekcje na jesień/zimę 1982/83 zaprezentowali w ramach oficjalnego pokazu. Kawakubo pokazała ów słynny czarny sweter z dziurami (znany głównie z pięknej fotografii Petera Lindbergha), swetry w kolorze écru. Reporter z „Le

Figaro" napisał, że „jej apokaliptyczne ubrania z poprzebijanymi otworami, postrzępione i podarte, przywodzą na myśl ubrania noszone przez ofiary ocalałe po wybuchu bomby atomowej". Projektantów okrzyknięto „Japońskimi Nędznikami", ale także pionierami nowej estetyki. Ich kreacje określono jako „Hiroshima chic" i styl żebraczy, a kolekcja Kawakubo to był „czarny szok". Była z tzw. Wielkiej Trójcy (ona, Yamamoto i Miyake) najbardziej radykalna w spojrzeniu na modę. Ubrania oversize, asymetria, prosta monochromatyczna paleta barw (tzw. antykolor), miękkie draperie to typowe cechy dla kolekcji Kawakubo z lat 80. Wciąż eksperymentowała z formą: w kolekcji Jesień/Zima 1983/84 pokazała wariacje na temat objętości i płaskości. Jej rozumienie mody i sylwetki było zupełnie sprzeczne z zachodnimi przyzwyczajeniami, że ubranie ma podkreślać linię ciała, że ma „pasować jak druga skóra". A ona, nawet jeśli proponuje dopasowane suknie tuby, to za długie. Bywa, że w poszukiwaniu nowych form doprowadza modę do komicznego absurdu. Wciąż podejmuje dyskusję z powszechnie obowiązującymi normami wiązania piękna z idealizującą symetrią. W 1997 roku zaszokowała wszystkich wiosenno-letnią kolekcją „Body Meets Dress, Dress Meets Body" często określaną jako „Lumps and Bumps" (Guzki i zgrubienia), dodając do strojów swego rodzaju wybrzuszenia i garby. Wracała do tego pomysłu jeszcze kilkakrotnie. Nawet bardziej standardowe i normalne ubrania jej projektu mają jakieś udziwnienie – rozcięcie w miejscu, gdzie zwykle rozcięć nie ma, guziki na plecach, wystrzępione mankiety, odpruty kołnierz, jedną połę marynarki dłuższą, drugą krótszą. Lubi stelaże krynolin, sztuczną skórę (nigdy nie użyłaby prawdziwej – „kocham wszystkie zwierzęta", deklaruje), grochy (to jej ulubiony wzór, chociaż stosuje nawet panterkę, jak w ostatniej kolekcji), płaskie buty (Rei nienawidzi obcasów) – chętnie martensy.

Back to black

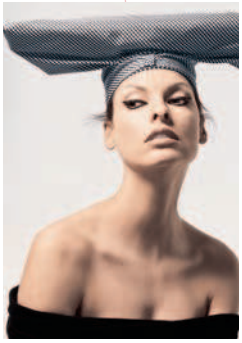
„Moje podejście do mody jest proste – mówi Kawakubo – odzwierciedla to, co myślę, kiedy pracuję nad każdym projektem, czy kojarzy mi się np. z siłą albo z pięknem". Często wraca do czerni. „Zawsze lubiłam czerń – przyznaje – ale ostatnio czerń stała się tak powszechna jak dżins. Więc chcę odkryć czerń jutra". Piękna kolekcja na wiosnę/lato 2012 była oparta na bieli i zatytułowana „White Drama". Kawakubo pierwszy raz pracowała wyłącznie z bielą i jak zwykle podszyła kolekcję głębszą ideą. Ludziom z Zachodu biel kojarzy się z niewinnością, narodzinami, panną młodą, w Japonii to kolor śmierci i żałoby. W oficjalnym oświadczeniu domu mody Comme des Garçons dyrektor Adrian Joffe (mąż Rei Kawakubo) powiedział, że ta kolekcja pokazuje „wszystko, co nas w życiu uszczęśliwia, i wszystko, co nas zasmuca". Szerszej klienteli Kawakubo daje się poznać, współpracując z innymi markami (w 2008 roku zrobiła kolekcję dla H&M, prezentując kwintesencję stylu Comme des Garçons), teraz do sprzedaży trafiły dwie limitowane kolekcje jedwabnych apaszek, które Rei zaprojektowała dla domu mody Hermès.

O kreacjach Kawakubo mówi się, że to nie zwyczajne ubrania, tylko dzieła sztuki. Ale ona sama nie lubi etykietki artystki. „Żadna ze mnie artystka, po prostu starałam się robić ubrania, jakich wcześniej nie było" – podkreśla i dodaje, że jest tylko projektantką mody i biznesswoman. „Moda to nie sztuka – twierdzi Kawakubo – cele mody i sztuki są różne i nie ma potrzeby ich porównywać. Dla mnie ubrania to rzeczy, które mają być kupowane i noszone przez określoną grupę ludzi. I w tym sensie myślę komercyjne. Niestety, moje kolekcje skupiają się na niewielu pomysłach i to już nie jest komercyjne. Staram się być bardziej różnorodna, ale nie potrafię – to nie mój styl, nie mój sposób działania". Kawakubo może się zarzekać

Nie ma żadnych ograniczeń"

Kulisy pokazu – Rei Kawakubo robi ostatnie poprawki.

Pokaz ***„White Drama"****, wiosna/lato 2012.*



Stylizacja dla magazynu ***„ID"****.*

„Zawsze lubiłam czerń – ale ostatnio czerń stała się tak powszechna jak dżins. Więc chcę odkryć czerń jutra".

Kawakubo podczas otwarcia sklepu Comme des Garçons w Nowym Jorku.

Powyżej i poniżej ***kreacje z pokazów*** *wiosna/lato 2011.*

i podkreślać komercyjny aspekt swojej działalności, ale faktem jest, że udało jej się zbliżyć świat mody i sztuki, i nawet jeśli jej kolekcje nie są czystą „sztuką dla sztuki", to spokojnie można je nazywać „modą dla mody". Podkreśla wagę stroju. „To, co nosisz, oddaje twoje emocje – twierdzi projektantka. – To, jak wyglądasz, wpływa na to, jak ludzie cię odbierają. Moda odgrywa ważną rolę na poziomie praktycznym i estetycznym". Jej ubrania pokochała bohema – Comme des Garçons noszą Björk, Tilda Swinton, Herb Ritts, Karl Lagerfeld, Tom Ford, a wpływ stylu Kawakubo widać u takich projektantów jak Helmut Lang, Martin Margiela czy Ann Demeulemeester. „Interesują mnie ludzie – mówi. – Inspirują mnie ludzie, którzy mnie otaczają. Piękno czy stylizacja to kwestia gustu. Nie mam definicji piękna". Za to ma wizję firmy od a do z. Czy zajmuje się projektowaniem ubrań, perfum, sklepów, czy komunikacją wizualną, czuwa nad każdym szczegółem.

Partyzanci

I zawsze wychodzi poza konwencję. Nawet strona internetowa Comme des Garçons to magazyn sztuki – zamiast kolekcji ubrań zawiera rysunki, fotografie, kolaże. „Chcę stworzyć rodzaj rynku – mówi projektantka – na którym twórcy z różnych dziedzin spotykają się w trwającej atmosferze pięknego chaosu". Zrewolucjonizowała perfumeryjny świat, wprowadzając wonie taśmy klejącej, zmywacza do paznokci, błysku metalu, węgla. Perfumy Comme des Garçons pachną kościołem (seria świątynna), złotem, wydmami, paloną gumą, wysokogórskim powietrzem itd. Poza stałymi butikami marka od 2004 roku posiada tzw. *guerilla stores* (partyzanckie sklepy). Ich idea to już legenda marketingu. Pomysł polega na tym, że marka okupuje przez rok opuszczone miejsce (dawny zakład ślusarski, warzywniak itp., w miastach na całym świecie – od Warszawy po Liban), które urządzane jest minimalnym nakładem środków i opiera się jedynie na szeptanej reklamie, której efekt jest zawsze piorunujący! Do legendy przeszedł też półroczny magazyn „Six Sense", który Kawakubo wydawała w latach 1988–91. Na wielkoformatowych stronach (często tłoczonych, z naklejanymi kolażami) pokazywała fotografie ludzi i nostalgiczne pejzaże. Na łamach „Six Sense" gościli John Malkovich, Cate Blanchett i Jean Paul Gaultier. Fotograf Brian Griffin wspomina ulubioną sesję Rei, przy której razem pracowali w Tbilisi w Gruzji. Kwitły drzewa owocowe, dookoła odbywało się rytualne zarzynanie owiec i wielki świąteczny grill, a Kawakubo wybierała miejscowych ludzi do zdjęć, ubrania Comme des Garçons mieszała z ich własną odzieżą. Pracowała sprawnie i tak szybko, że Griffin za nią nie nadążał. Częstowała ekipę japońskimi ciasteczkami, których puszkę ma zawsze przy sobie.

Dla Rei Kawakubo kreacja oznacza nowatorstwo, wiąże się z patrzeniem w przyszłość. Jaka jest prywatnie, za bardzo nie wiadomo. Ona sama nie lubi mówić o sobie, niechętnie udziela wywiadów. Twierdzi, że najwięcej informacji zawiera się w tym, co ma na sobie. „Nie lubię posiadać rzeczy – mówi – czuję się wolna, kiedy ich nie mam. Dla mnie bardzo ważna jest cisza. Czas spędzony w samotności to dla mnie relaks. Muszę być bardzo upartą kobietą".

„Myślę, że Rei Kawakubo jest jedną z najbardziej wpływowych kobiet w dziejach Japonii – twierdzi historyk mody Kazuko Koike – ponieważ jej pomysł na modę ma zwolenników wśród tak wielu japońskich kobiet i młodych ludzi. Widzę ją jako liderkę jakiegoś konceptualnego albo wręcz religijnego ruchu". Wyciszona, skoncentrowana, enigmatyczna, radykalna. W pracy najczęściej posługuje się trzema komendami: „Tak!", „Nie!", „Wystarczy!". ●

ZDJĘCIA: PETER LINDBERGH, TIMOTHY GREENFIELD-SANDERS/CORBIS OUTLINE/FOTOCHANNELS, TAKASHI HATAKEYAMA/KYOTO COSTUME INSTITUTE, MEDIUM, THOMAS JANNACOME/CORBIS, FOTOCHANNELS, EAST NEWS.

KOCHA...
LUBI...
SZANUJE...
ZAGRA...
ZADBA...
POŻARTUJE...

RADIO KOLOR®
103FM

reklama

SKLEP pełen treści
POLITYKA.PL

Wydania specjalne

Książki autorów POLITYKI

Kolekcje

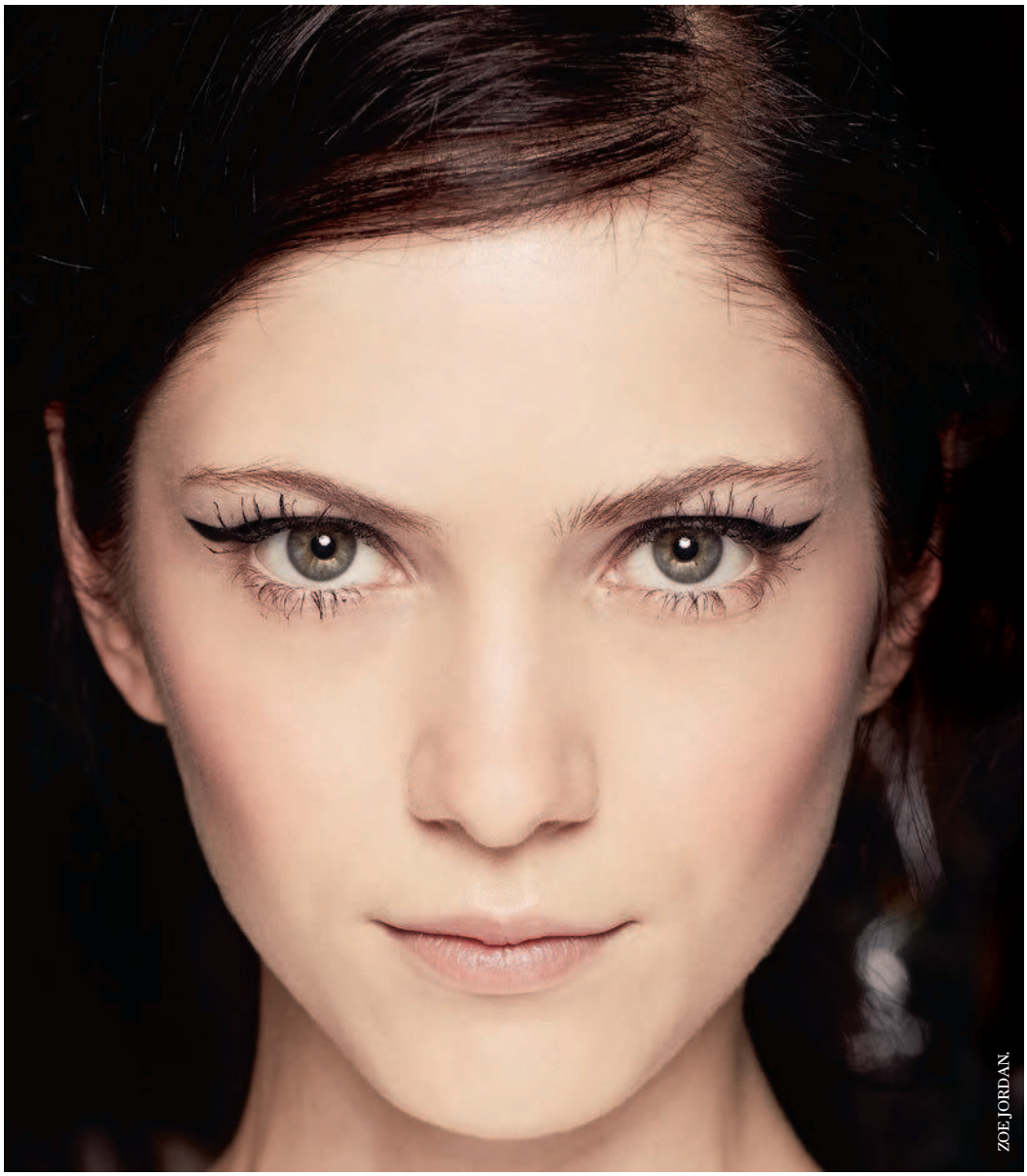
Książki recenzowane na łamach POLITYKI

Prenumerata POLITYKI i FORUM

Bądź na bieżąco, zaprenumeruj newsletter:

www.sklep.polityka.pl

SPOKOJNA JESIEŃ

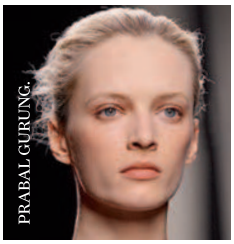


ZOE JORDAN.

PROSTE FRYZURY I NATURALNE KOLORY WŁOSÓW; W MAKIJAŻU BEZPIECZNE BRĄZY I SZAROŚCI, ULUBIONE PRZEZ POLKI ODCIENIE ŚLIWKOWE, CZASAMI ODWAŻNIEJSZY AKCENT POMARAŃCZU LUB MOCNIEJ PODKREŚLONE USTA. POZA NIELICZNYMI WYJĄTKAMI MAKIJAŻYŚCI I FRYZJERZY PROPONUJĄ STONOWANE STYLIZACJE, KTÓRE DOSKONALE SPRAWDZĄ SIĘ NA CO DZIEŃ.

Tekst KATARZYNA LEWICKA-STACHOWICZ

VIONNET.


PRABAL GURUNG.

ALBERTA FERRETTI.

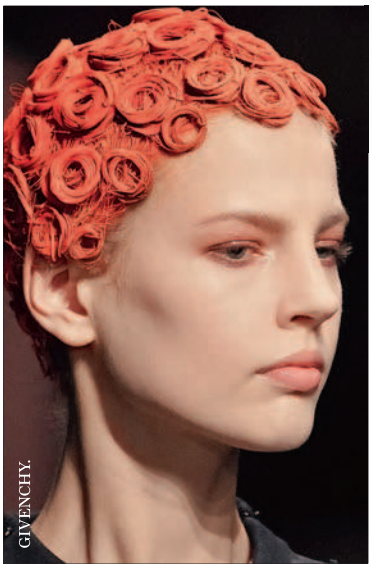
DSQUARED2.

ALBERTA FERRETTI.

1

Dynie i morele

Makijaż w tonacji ciepłego oranżu to sprawdzony przepis na błyskawiczne odmłodzenie. Cienie w kolorze dyni lub mandarynki odmładzają spojrzenie i dodają intensywności barwie niebieskich lub zielonych oczu. Błyszczyk lub lekka pomadka w kolorze moreli lub ciepłego koralu dodaje blasku całej twarzy i wymazuje z niej oznaki zmęczenia. Najpiękniej w takim makijażu wyglądają kobiety o alabastrowej cerze i włosach w odcieniu tycjanowskiego blondu.


GIVENCHY.

KOLOR POMARAŃCZOWY W WERSJI FLUO POJAWIŁ SIĘ JUŻ W WIOSENNYCH MAKIJAŻACH. TERAZ ODCIENIE ORANŻU SĄ DUŻO BARDZIEJ DYSKRETNE I SUBTELNE.

ALTUZARRA.

1. PUDER ***SHISEIDO*** 160 ZŁ.. 2. RÓŻ ***BOURJOIS*** 50 ZŁ.. 3. CIEŃ ***FLORMAR*** 18,90 ZŁ.. 4. POMADKA ***COLORSTAY REVLON*** 49,90 ZŁ.. 5. CIEŃ ***GOLDEN ROSE*** 8,90 ZŁ.. 6. PALETA DO UST ***ANTONIO LOPEZ M.A.C.*** 130 ZŁ.. 7. MASEŁKO DO UST ***REVLON*** 39,50 ZŁ.. 8. POMADKA ***COLOR RICHE L'ORÉAL*** 36 ZŁ.. 9. POMADKA ***ROUGE ALLURE CHANEL*** 148 ZŁ.. 10. CIEŃ ***PHYTO ECLAT SISLEY*** 140 ZŁ..

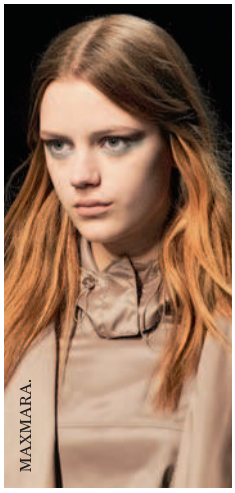
DIOR.

W TYM SEZONIE NIEKTÓRZY MAKIJAŻYŚCI MOCNYM SZARYM CIENIEM PODKREŚLAJĄ KSZTAŁT BRWI – CHOĆ TO RACZEJ OPCJA DLA ODWAŻNYCH.

DIOR.

JOHN GALLIANO.

JOHN GALLIANO.

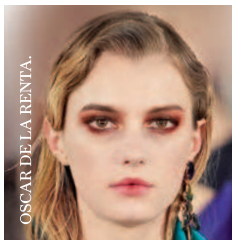

MAXMARA.

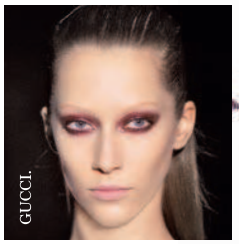
MATOWE LUB METALICZNE ODCIENIE SZAROŚCI TO POMYSŁ NA WYRAFINOWANY MANIKIUR.

W kolorze dymu

Szarość gołębia, perłowa, srebrna, antracytowa... Subtelnie podkreśla urodę skóry o jasnej karnacji i pasuje do prawie wszystkich kolorów tęczówki. Utrzymany w grzecznej tonacji makijaż nie musi być nudny – paleta szarości pozwala stworzyć zarówno przerysowany punkowy efekt „przydymionych oczu", jak i wyrafinowany klasyczny makijaż. Warto też wypróbować połączenie szarości z beżem lub pudrowym różem.

1. KREDKA DO OCZU ***CHANEL*** 110 ZŁ.
2. CIEŃ ***THE BODY SHOP*** 39 ZŁ.
3. CIEŃ ***MARY KAY*** 45 ZŁ. 4. PALETA ***HYPNÔSE PALETTE LANCÔME*** 225 ZŁ. 5. LAKIER DO PAZNOKCI ***ESTÉE LAUDER*** 95 ZŁ. 6. LAKIER DO PAZNOKCI ***YVES SAINT LAURENT*** 105 ZŁ.
7. PALETA ***ECRIN DU SOIR GIVENCHY*** 285 ZŁ.

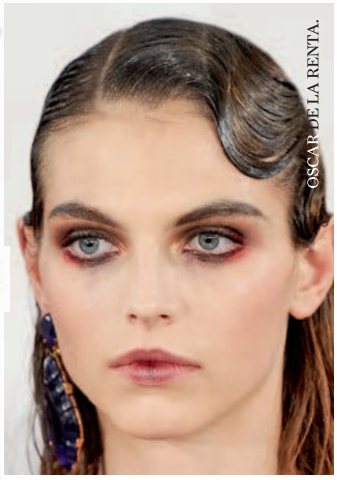

OSCAR DE LA RENTA.


GUCCI.

1

2

3


OSCAR DE LA RENTA.

Śliwki w czekoladzie

Nowy makijaż typu „smoky eyes" nie jest czarny, lecz utrzymany w nasyconych odcieniach fioletu i brązu. Kredki do oczu w kolorze oberżyny czy gorzkiej czekolady znakomicie zastępują też tradycyjny czarny eye-liner. Decydując się na makijaż w odcieniach śliwki czy burgunda, pamiętajmy też, że kolory takie podkreślają wszelkie niedoskonałości cery. Przyda się więc dobry podkład.

NIEZWYKLE MOCNE PODKREŚLENIE OPRAWY OKA RACZEJ NIE LUBI KONKURENCJI – POMADKĘ W INTENSYWNYM KOLORZE ODKŁADAMY WIĘC NA INNĄ OKAZJĘ ALBO PRZYCIEMNIAMY TYLKO ŚRODEK UST.

4

NANETTE LEPORE.

1. CIENIE POJEDYNCZE ***ARTDECO*** 25,50 ZŁ.
2. KREDKA DO OCZU ***CLARINS*** 60 ZŁ.
3. PALETA ***BOBBI BROWN*** 262 ZŁ.. 4. EYE-LINER ***ARTDECO*** 42,50 ZŁ.. 5. CIEŃ ***MARY KAY*** 45 ZŁ..
6. PALETA ***EYES TO KILL GIORGIO ARMANI*** 285 ZŁ..
7. CIEŃ ***CELLA*** 8,30 ZŁ.. 8. CIEŃ ***ARTDECO*** 25,50 ZŁ..
9. PALETA ***5 COULEURS DIOR*** 235 ZŁ..

5
6
7
8
9

1. POMADKA ***MATTE KATE MOSS RIMMEL*** 19 ZŁ.. 2. POMADKA ***LE ROUGE GIVENCHY*** 145 ZŁ.. 3. POMADKA ***ATOMIC RED DEBORAH*** 36 ZŁ.. 4. POMADKA ***PERFECT MATT ISADORA*** 53 ZŁ.. 5. POMADKA ***NEW CHIC MATT PUPA*** 70 ZŁ.. 6. POMADKA ***RETRO MATTE M.A.C.*** 86 ZŁ.. 7. CIENIE DO OCZU ***FUSION MONO DIOR*** 130 ZŁ.. 8. SZKIC MAKIJAŻU OKA ***EYES TO KILL /GIORGIO ARMANI.*** 9. CIEŃ ***CREAM MOUSSE ISADORA*** 59 ZŁ.. 10. CIEŃ ***GUERLAIN*** 132 ZŁ..

CHANEL.

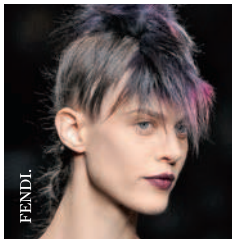
Połysk kontra mat

Matowe pomadki, modne już w zeszłym sezonie, zrobiły furorę także na jesiennych pokazach. Te w jasnych kolorach albo dopełniają bardzo naturalny, prawie niewidoczny makijaż, albo towarzyszą bardzo mocnemu makijażowi oczu. Natomiast ciemne i pozbawione połysku pomadki częściej grają rolę pigmentu – makijaż nie ma wyraźnego konturu, a usta wyglądają trochę jak zabarwione sokiem. Przy matowych ustach interesująco wyglądają bardzo błyszczące powieki – efekt taki można osiągnąć, używając specjalnych cieni w płynie lub w musie.

CHANEL.

CHANEL.

MIU MIU.


FENDI.

GIAMBATTISTA VALLI.

PERFEKCYJNY RYSUNEK UST MOŻE WYMAGAĆ UŻYCIA ZAPOMNIANEJ OD DOBRYCH KILKU SEZONÓW KONTÓRÓWKI. POWINNA BYĆ W TYM SAMYM ODCIENIU CO MATOWA POMADKA.

Unilever

Dove

purely pampering

nourishing lotion

NOWOŚĆ

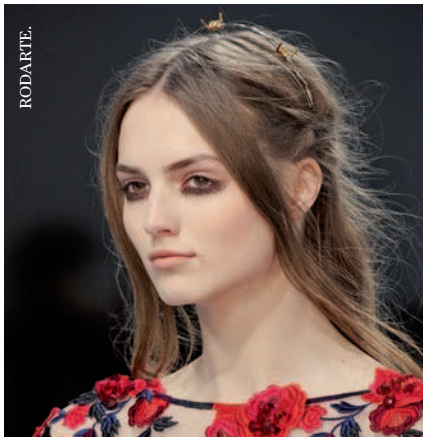
Rozpieszczająca pielęgnacja, o jakiej dotąd mogłaś tylko pomarzyć

Bogata, kremowa formuła. Zmysłowe składniki.
Odżywcza pielęgnacja, jakiej jeszcze nie czułaś.

www.idoveyou.pl

FRYZURY MODELEK WYSTĘPUJĄCYCH NA JESIENNYCH POKAZACH NIE WYMAGAJĄ UŻYCIA ZBYT WIELU KOSMETYKÓW. NA CO DZIEŃ – W ZALEŻNOŚCI OD STYLIZACJI – POWINNA NAM WYSTARCZYĆ PIANKA DODAJĄCA WŁOSOM OBJĘTOŚCI LUB WYGŁADZAJĄCA MGIEŁKA.

LELA ROSE.


RODARTE.

Pomieszanie z poplątaniem

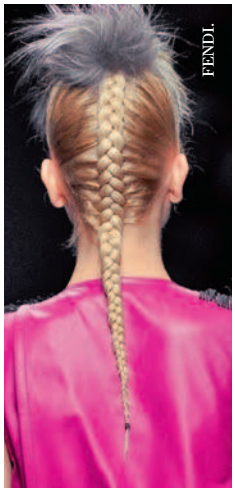
Młodzieżowe subkultury, carska Rosja, lata 60., szkoła dla panien z dobrych domów – w trendach fryzjerskich tej jesieni widać kilka źródeł inspiracji. Do wyboru mamy więc grzeczne fryzurki z zaczesaną na bok grzywką, starannie zaplecione warkocze, włosy splecione nad czołem w koronę i odważne stylizacje w stylu punk, łączące warkoczyki z irokezem ufarbowanym na metaliczne kolory. Znowu jednak większość stylizacji wygląda tak, jakby powstała bez nadmiernej ingerencji fryzjera.

SPLECIONE W WARKOCZE LUB NIEDBALE ROZPUSZCZONE I TROCHĘ ROZCZOCHRANE – W TYM SEZONIE NAJMODNIEJSZE SĄ DŁUGIE WŁOSY.

DRIES VAN NOTEN.

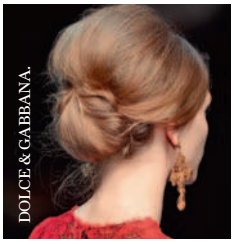
DOLCE & GABBANA.

BOTTEGA VENETA.


FENDI.

FENDI.

RODARTE.


DOLCE & GABBANA.

VALENTINO.

ZDJĘCIA: BULLS, 123.RF.COM, MEDIUM, MPHOTO, FREE, GETTY IMAGES/FPM, MATERIAŁY PRASOWE.

łagodząca pielęgnacja

TERAPIA
Z KOZIM MLEKIEM I LICZI
SOS dla opalonej skóry

wyjątkowe, aromatyczne kosmetyki o silnych właściwościach regenerujących i kojących

ORGANIQUE

Organique: **Białystok** C.H. Alfa (Poziom 1) ul. Świętojańska 15, **Bielsko-Biała** G.H. Sfera II (Poziom 2) ul. Mostowa 2, **Bydgoszcz** Focus Mall (Poziom 0) ul. Jagiellońska 39-47, **Gdańsk** G. H. Madison (Poziom 0) ul. Rajska 10, **Gdynia** ul. Świętojańska 71, **Gorzów Wielkopolski** C.H. Nova Park (Poziom 0) ul. Przemysłowa 2, **Grudziądz** C.H. Alfa, (Poziom 0) ul. Chełmińska 4, **Kielce** Galeria Echo (Poziom -1) ul. Świętokrzyska 20, Galeria Korona (Poziom -1) ul. Warszawska 26, **Kraków** Bonarka City Center (Poziom 0) ul. Henryka Kamieńskiego 11, Galeria Kazimierz (Poziom 0), ul. Podgórska 34, **Lublin** G.H. Orkana (Poziom 0) ul. Orkana 4, Galeria Olimp IV (Poziom +1) ul. Spółdzielczości Pracy 30/32, CHR Lublin Plaza (Poziom 0) ul. Lipowa 13, **Łomianki** C.H. Łomianki ul. Brukowa 25, **Łódź** C.H. Port Łódź (Poziom 0) ul. Pabianicka 245, C.H. Manufaktura (Poziom 0) ul. J. Karskiego 5, **Rumia** Galeria Rumia (Poziom 0) ul. Sobieskiego 11 A, **Rybnik** C.H.-U. Focus Mall (Poziom 1), ul. B. Chrobrego 1, **Rzeszów** Millenium Hall (Poziom 1) ul. T. Rejtana 18, **Szczawno Zdrój** ul. Kościuszki 2, **Szczecin** Galeria Kaskada (Poziom -1), Aleja Niepodległości 36, **Toruń** C.H. Copernicus (Poziom 0) ul. Żółkiewskiego 15, **Tarnowskie Góry** ul. Piłsudskiego 6/11, **Warszawa** al. KEN 24 U 5, C.H. Wola Park (Poziom 0) ul. Górczewska 124, Dworzec Centralny – Podziemia (Al. Jerozolimskie/Al. Jana Pawła II, Lokal 37), **Wejherowo** ul. 12 Marca 218 , **Wrocław** C.H. Renoma (Poziom 2) ul. Świdnicka 40, G.H. Magnolia Park (Poziom 0) ul. Legnicka 58, Galeria Dominikańska (Poziom -1) Plac Dominikański 3, Factory ul. Graniczna 2, **Zielona Góra** C.H-R. Focus Mall (Poziom 1) ul. Wrocławska 17.

Mademoiselle Chanel *na zdjęciu z 1936 roku.*

Kubistyczny kartonik Chanel N° 5. Flakon „piątki" w pracy ***Philippe Halsmana „The Essence of Dali",*** *1954 rok. Gabrielle Chanel przyjaźniła się z Salvadorem Dali i jego żoną Galą.*

Charakterystyczne projekty Chanel można odnaleźć w pracach współczesnych jej artystów: portret kobiety w kapeluszu autorstwa ***Amedea Modiglianiego*** *z 1916 roku.*

ZNAK CZASU

NAJSŁYNNIEJSZE PERFUMY ŚWIATA TO NIE TYLKO NOWATORSKA KOMPOZYCJA ZAPACHOWA, ALE TAKŻE NIEZWYKŁA PAMIĄTKA FASCYNUJĄCEJ EPOKI. WARTO PRZYJRZEĆ IM SIĘ BLIŻEJ.

„Moda jest zawsze odbiciem epoki, ale szybko się o niej zapomina, jeśli jest głupia" – powiedziała kiedyś Gabrielle Chanel. Sama pracowała i tworzyła w niezwykle ciekawych czasach – może więc po części i dlatego jej projekty weszły na stałe do historii mody? Obracająca się w środowisku artystycznej awangardy Chanel czerpała pomysły ze sztuk plastycznych. Miarą jej talentu jest jednak także to, że charakterystyczne dla domu mody Chanel motywy podchwytywali znani artyści i przerabiali na swój sposób. Ta swoista wzajemna wymiana inspiracji nie ograniczała się do sporadycznych przypadków – eksponaty ilustrujące kulturowe konteksty związane tylko z zapachem Chanel N° 5 zapełniły tego lata w Paryżu ogromną salę wystawową w prestiżowym Palais de Tokyo.

W klimacie awangardy

Gabrielle Chanel rozpoczęła karierę w czasach artystycznej rewolucji. Namalowane przez Picassa w 1907 roku „Panny z Avignonu" wyznaczyły początek kubizmu, w środowisku artystów bardzo żywe były też wpływy abstrakcjonizmu i futuryzmu. Coco stała się częścią tego świata w 1917 roku dzięki nowo nawiązanej (i mającej przetrwać wieloletnią próbę czasu) przyjaźni z królową paryskich salonów, córką Cypriana Godebskiego – Misią. Zafascynowana niezwykłą osobowością Chanel Misia wprowadziła projektantkę w środowisko paryskiej awangardy. Coco miała już wtedy za sobą pierwsze wielkie sukcesy, co pozwoliło jej nie tylko utrzymywać bliskie relacje z najbardziej kreatywnymi ludźmi epoki, ale także ustanowić rodzaj

Przez 92 lata kształt flakonika kultowej „piątki" przeszedł tylko niewielkie modyfikacje.

mecenatu. Chanel pomogła na przykład Siergiejowi Diagilewowi sfinansować wystawienie baletu „Święto wiosny". W 1922 roku na prośbę Jeana Cocteau Chanel zaprojektowała kostiumy do jego adaptacji „Antygony" – warto dodać, że za scenografię do spektaklu odpowiadał Picasso. Pozycja Chanel jako twórczyni sztuki umocniła się, kiedy projektantka opracowała kostiumy do widowiska „Le Train Bleu" wystawianego przez Les Ballets Russes w 1924 roku, także we współpracy z Picassem. I choć sama siebie postrzegała raczej jako rzemieślniczkę, trudno odmówić jej projektom artystycznej wartości.

Wyczuć epokę

W 1921 roku Ernest Beaux stworzył zapach, który miał oddawać charakter domu mody Chanel, a samą Coco definiować jako projektantkę oddaną nowoczesności. Mademoiselle szukała przepisu na „bukiet abstrakcyjnych kwiatów". Beaux tę formułę znalazł. Jako pierwszy wykorzystał w zapachu aldehydy, a mieszając składniki naturalne i syntetyczne, stworzył kompozycję, w której trudno było rozróżnić poszczególne nuty. W porównaniu z tradycyjnymi perfumami zbudowanymi wokół pojedynczych ciężkich nut kwiatowych zapach Chanel N° 5 stanowił rewolucję. Kompozycja, w której widać wyraźny wpływ abstrakcjonizmu, zamknięta została w nietypowym flakonie. Prosta, prawie apteczna buteleczka sygnalizowała dążenie do prostoty, które cechowało też kroje ubrań i kapeluszy Chanel. Skromny kartonik to także odzwierciedlenie artystycznych tendencji epoki – jego kształt wzorowany był na kubistycznym kolażu, a wykorzystanie grubego papieru wpisywało się w nową modę podnoszącą rangę materiałów uznawanych dotąd za „biedne" (jak tektura czy „robotniczy" dżersej, z którego Chanel szyła ubrania dla paryskiej socjety). Prosta etykieta z nazwą perfum nawiązywała do prac dadaistów – sygnowanych zwykle przez Tristana Tzarę lakonicznych tekstów drukowanych na niewielkich kartonikach.

Awangardowy charakter zapachu N° 5 zapewnił mu miejsce w perfumiarskim kanonie. A dopracowane w najdrobniejszym szczególe perfumy, pomyślane jako manifest stylu Chanel, stały się też swoistym manifestem epoki. ●

Korzystałam z książek Justine Picardie „Coco Chanel. Legenda i życie", wyd. Rebis 2011; Jeana Leymarie „Chanel", Éditions de La Martinière 2010, oraz z katalogu wystawy „N° 5 Culture Chanel".

Kaligram ***Guillaume'a Apollinaire'a*** *„Reconnais-toi" z 1915 roku.*

Fascynacja „piątką": praca „Bilety" Francisa Picabii z 1922 roku.

ZDJĘCIA: MATERIAŁY PRASOWE: ©LIPNITZKI/ROGER-VIOLLET, © COLLECTION CHANEL PARIS, BIBLIOTHEQUE HISTORIQUE DE LA VILLE DE PARIS, PARIS (FRANCE) © BHVP/ROGER VIOLLET, © VERED GALLERY, NEW YORK, THE VERA AND ARTURO SCHWARZ COLLECTION OF DADA AND SURREALIST ART IN THE ISRAEL MUSEUM © ESTATE OF THE ARTIST B99.1803 PHOTO, © THE ISRAEL MUSEUM JERUSALEM BY AVSHALOM AVITAL, © VERED GALLERY, NEW YORK, © PHILIPPE HALSMAN/MAGNUM PHOTOS.

1. *Woda perfumowana **Ivoire Balmain** 50 ml/280 zł. Ma kojarzyć się z suknią z jasnego jedwabiu – w kompozycji jest więc dużo świetlistych nut. Flakon nawiązuje do prostoty kroju lansowanej przez Balmaina.*
2. *Woda toaletowa **L'Eau Prada Candy** 50 ml/295 zł. Nowoczesność i wyrafinowanie wyrażają nuty piżma i karmelu podkreślone akordami cytrusowymi i orientalnymi. W zdobieniu flakonu wprawne oko rozpozna typowy dla Prady motyw skóry saffiano.*
3. *Woda perfumowana **Flash Jimmy Choo** 100 ml/389 zł (w perfumeriach Sephora). Ma się kojarzyć z błyskiem fleszy – pewnie dlatego, że w szpilkach od Jimmy'ego Choo po czerwonym dywanie przechadzają się gwiazdy. W kompozycji: oszałamiająca tuberoza i pikantny różowy pieprz.*
4. *Woda perfumowana **L'Eau d'Issey Absolue Issey Miyake** 50 ml/355 zł (w perfumeriach Sephora). Prosta i wyrafinowana jak projekty japońskiego kreatora. Delikatne akcenty kwiatowe ocieplone są miodem i wanilią.*
5. *Perfumowana mgiełka **J'adore Voile de Parfum Dior** 50 ml/319 zł. Przypomina lansowane przez Diora woalki – subtelność i przejrzystość nadają jej akcenty irysa. Krągłości flakonu kojarzą się z kobiecą sylwetką z legendarnej kolekcji New Look.*
6. *Woda toaletowa **Eau Legère Bottega Veneta** 50 ml/290 zł. Jej nuty nawiązują do wyrafinowanych skórzanych akcesoriów, z jakich słynie Bottega Veneta. Dno flakonu wytłoczono w typową dla marki plecionkę.*
7. *Woda perfumowana **Me Lanvin** 50 ml/250 zł (w perfumeriach Douglas). Flakon zaprojektował Alber Elbaz, czerpiąc inspirację z biżuterii Lanvin. Kompozycja o narcystycznej nazwie złożona jest z silnych nut: lukrecji, czarnej porzeczki i tuberozy.*

KR&ACJA

ZAPACH SYGNOWANY NAZWISKIEM ZNANEGO PROJEKTANTA BYWA KWINTESENCJĄ JEGO STYLU. STAJE SIĘ WTEDY JEDNYM Z AKCESORIÓW MODY, OBOK BIŻUTERII CZY TOREBEK.

W wielu przypadkach pomysł na nowe perfumy powstaje w wielkich domach mody. Starannie opracowana kompozycja zapachowa służy wtedy promowaniu ekskluzywnej marki i podkreśla specyficzny styl lansowany przez mistrza haute couture. A jak tzw. ducha marki oddać poprzez nuty zapachowe? O to już martwią się zawodowi kreatorzy perfum.

OPRACOWANIE: KATARZYNA LEWICKA-STACHOWICZ. ZDJĘCIA: MATERIAŁY PRASOWE.

SHISEIDO

www.shiseido.pl

CC KORYGUJĄCY KREM NA DZIEŃ AA PRESTIGE 30 ML/86 ZŁ; *KREM ŁAGODZĄCY PRZECIW ZACZERWIENIENIOM CC MIXA* 50 ML/26,99 ZŁ (W APTEKACH); *KREM CC MAT DR. BRANDT* 30 ML/199 ZŁ (W PERFUMERIACH SEPHORA).

NAWILŻAJĄCY BALSAM DO CIAŁA POD PRYSZNIC NIVEA 250 ML/16,99 ZŁ; *CHUSTECZKI CLEANIC DEO* 12 SZTUK/3,99 ZŁ.

URZĄDZENIE DO DOMOWEJ DEPILACJI WYKORZYSTUJĄCE ŚWIATŁO IPL *PHILIPS LUMEA* 1699 ZŁ.

KRYTERIUM: *SZYBKOŚĆ*

W BRANŻY KOSMETYCZNEJ REWOLUCJE ZDARZAJĄ SIĘ RZADKO. OSTATNIE NOWOŚCI NA PEWNO JEDNAK *POMAGAJĄ OSZCZĘDZIĆ CZAS I UŁATWIAJĄ ŻYCIE.*

Kamienie milowe w najnowszej historii przemysłu kosmetycznego? Pomysł, że trzeba chronić skórę przed słońcem, retinol w kremach przeciwzmarszczkowych, kremy na trądzik, kwas hialuronowy w kremach nawilżających, odżywki do rzęs, utwardzane światłem lakiery do paznokci... W tym sezonie producenci kosmetyków najwyraźniej wychodzą z dwóch założeń. Po pierwsze, widząc rosnącą popularność zabiegów medycyny estetycznej, proponują ich domowe odpowiedniki. Po drugie, z badań wynika, że współczesne kobiety są coraz bardziej zabiegane, potrzebują więc wielofunkcyjnych kosmetyków o długotrwałym działaniu. Efekt? Większość kosmetycznych nowinek pomyślana jest tak, jakby miała ich używać zajęta ratowaniem świata Lara Croft lub pracująca na dwóch etatach matka pięciorga dzieci. Jednak nawet jeśli staramy się żyć raczej w modnym rytmie slow, warto się nimi zainteresować. Mamy bowiem szansę zyskać trochę czasu na czytanie książki, zabawę z dzieckiem, rozmowę z przyjaciółką lub błogie nicnierobienie.

Domowy gabinet

Z tegorocznych nowości inspirowanych aparaturą używaną przez salony kosmetyczne najbardziej zaintrygowały mnie urządzenia do domowej depilacji. Z doświadczenia wiem, że usuwanie zbędnych włosków za pomocą światła pulsacyjnego IPL czy lasera daje zdecydowanie lepsze efekty niż jakiekolwiek inne metody. Ma też jednak istotną wadę – zabiegi są drogie, trzeba je też wielokrotnie powtarzać. Teraz jednak są już na rynku urządzenia do domowej depilacji wykorzytującej technologię IPL. Parametry światła można dopasować do odcienia skóry i barwy włosków, aparatura ma też specjalne systemy kontrolne zapewniające skórze ochronę, więc zabieg

jest bezpieczny. Jednak nie tak intensywny jak zabieg gabinetowy – trzeba go więc powtarzać raz na dwa tygodnie. Możemy to zrobić w dowolnej chwili. Inwestycja w depilujące urządzenie wydaje się spora – ale po rozłożeniu na większą ilość zabiegów okazuje się opłacalna.
Podobnie jest z urządzeniem do oczyszczania twarzy, które zdążyło zrobić furorę w Ameryce i na zachodzie Europy i właśnie trafia do nas. Jest dość drogie, ale po bliższym poznaniu okazuje się warte inwestycji. Z wyglądu nieco przypomina znane od lat elektryczne szczoteczki do oczyszczania twarzy, ale na tym podobieństwa się kończą. Zasada działania jest zupełnie inna – szczoteczka nie obraca się, lecz wykonuje bardzo szybkie ruchy oscylacyjne, widoczne tylko w świetle stroboskopowej lampy. Dzięki temu nie rozciąga skóry, ale bardzo dokładnie usuwa zanieczyszczenia i makijaż nawet z drobnych zmarszczek i porów skóry. Nie działa jednak jak piling, więc można go używać dwa razy dziennie bez ryzyka podrażnienia skóry.

Liczy się czas

Nie należę do osób, które wolą wstać wcześniej, by móc poświęcić więcej czasu na przygotowania do wyjścia z domu. Dlatego z wielkim entuzjazmem witam wszelkie nowości, które pomagają zaoszczędzić choćby i kilka minut – zwłaszcza rano, kiedy czas biegnie znacznie szybciej. Pomocne bywają na przykład tzw. suche szampony. Sama idea nie jest nowa – odświeżające włosy spreje można było kupić (w nielicznych co prawda miejscach) już kilka lat temu. Teraz polepszono ich technologię – naukowcy popracowali nad tym, żeby nie pozostawiały na włosach białych śladów. Nie dziwi mnie też, że szampony w spreju to ulubione kosmetyki fryzjerów – pomagają bowiem unieść włosy u nasady i znakomicie dodają im objętości.
Do listy kosmetyków pozwalających oszczędzić czas dopisuję też nowość marki Nivea – balsam do ciała do stosowania pod prysznicem. Pomysł z początku wydał mi się dziwny – mam się najpierw umyć, potem posmarować się balsamem, a potem jeszcze raz opłukać? W praktyce okazało się, że system działa – na skórze pozostaje delikatna nawilżająca warstewka balsamu.

Wszystko pod ręką

Podejrzewam, że zawartość damskich torebek była już obiektem badań socjologiczno-psychologicznych przeprowadzanych zapewne przez amerykańskich uczonych. Moja waży pewnie z pięć kilo, bo noszę w niej różne niezbędne w awaryjnych sytuacjach drobiazgi: od zapasowych baterii do kluczyka do samochodu po miniaturę ulubionych perfum. Pocieszam się jednak, że daleko mi jeszcze do bohaterki „Millennium" Lisbeth Salander, która twierdziła, że podstawowym wyposażeniem każdej damskiej torebki powinien być młotek. Żeby choć trochę zmniejszyć dźwigany na co dzień ciężar, szukam kosmetyków wielofunkcyjnych. Bardzo więc podoba mi się pomysł firmy Cleanic: dezodorant w chusteczce, który nie tylko chroni przed poceniem, ale także pozwala przemyć i odświeżyć skórę. W zeszłym sezonie dałam się też przekonać do kremów BB, które nawilżały i chroniły skórę, a przy tym maskowały jej niedoskonałości jak leciutki podkład. Pojawienie się kremów CC było tylko kwestią czasu – nowe specyfiki określane jako *color correction* mają wszystkie zalety kremów BB, a dodatkowo zawierają składniki stopniowo ujednolicające kolor skóry.
Zaintrygowały mnie też tusze do rzęs z tajemniczym mechanizmem, dzięki któremu można zmienić kształt szczoteczki. Jeden tusz w zależności od sposobu aplikacji może wydłużać rzęsy lub dodawać im objętości. Godne polecenia są również pomadki i błyszczyki w kredce, łatwe w stosowaniu i pozwalające na szybkie poprawki makijażu. ●

POMADKA W KREDCE ***SOFT SENSATION ASTOR*** 25 ZŁ; BŁYSZCZYK W SZTYFCIE ***ISADORA*** 54 ZŁ; TUSZ ***TWIST UP THE VOLUME BOURJOIS*** 44,99 ZŁ (DOSTĘPNA OD WRZEŚNIA).

ZESTAW DO OCZYSZCZANIA TWARZY ***MIA 2 CLARISONIC*** 625 ZŁ (DOSTĘPNY OD WRZEŚNIA W 35 PERFUMERIACH SEPHORA NA TERENIE CAŁEJ POLSKI).

SUCHE SZAMPONY: ***HAIR KEVIN.MURPHY*** 250 ML/105 ZŁ (W SALONACH FRYZJERSKICH); ***TIMOTEI*** 245 ML/15,99 ZŁ; ***TONI & GUY*** 250 ML/40 ZŁ.

OPRACOWANIE: KATARZYNA LEWICKA-STACHOWICZ. ZDJĘCIA: MATERIAŁY PRASOWE.

CO CI LEŻY *NA WĄTROBIE*

TO, JAK ŻYJEMY, MA NA NIĄ WIELKI WPŁYW. CO WIĘC ROBIĆ, BY JĄ CHRONIĆ? *RECEPTA JEST PROSTA...*

Dr ANNA KRUKOWSKA
specjalista chorób wewnętrznych

Wątroba, nasz największy organ, to wielkie laboratorium chemiczne, które pełni funkcję detoksykacyjną, filtracyjną, magazynującą i metaboliczną. Gdy źle pracuje, ulegają pogorszeniu funkcje życiowe, gorzej też działa układ odpornościowy. Wątroba ma duże zdolności regeneracyjne i już jej połowa wystarczy nam do życia, co wykorzystuje się w przeszczepach rodzinnych. Pomimo tych unikalnych właściwości jeśli stale jest narażana na mikrouszkodzenia, odtwarzanie się komórek jest utrudnione, a tym samym staje się coraz mniej wydolna. Problemy z wątrobą mogą się przejawiać w różny sposób, poczynając od przedłużającego się zmęczenia, apatii, stanów depresyjnych, zaburzeń snu i libido, poprzez wymioty, zaparcia, bóle stawów i mięśni, alergie, aż po zażółcenie oczu, świąd skóry, pajączki na skórze i skrajne powiększenie obwodu brzucha, obrzęki kończyn dolnych czy krwawienia z przewodu pokarmowego. Trzeba jednak pamiętać, że niekiedy choroby wątroby długo nie dają żadnych objawów, dlatego raz w roku należy wykonać badanie krwi, by sprawdzić poziom AST, ALT, fosfatazy zasadowej i GGTP (wysokie świadczą o uszkodzeniu miąższu wątroby) oraz bilirubiny (wzrost stężenia bilirubiny jest wykładnikiem zaburzeń jej czynności) i cholesterolu (podwyższony poziom może być efektem nieprawidłowej pracy organu). Co uszkadza wątrobę? Lista winnych jest długa: obfite posiłki zawierające tłustą wieprzowinę czy mięso kurczaków, kiszona kapusta, produkty z pszenicy, zbyt duża ilość kawy, cukru i alkoholu, a także niektóre leki, np. przeciwgrzybicze, pewne antybiotyki, neuroleptyki obniżające poziom cholesterolu, paracetamol, pigułki antykoncepcyjne. Innymi cichymi zabójcami wątroby są infekcje wirusowe, głównie WZW typu B i C. W Polsce aż 700 tysięcy osób może być zakażona WZW typu C i o tym nie wiedzieć! Do zakażenia najczęściej dochodzi przez kontakt z zakażoną krwią, np. u kosmetyczki, podczas wykonywania tatuażu. Warto się zbadać w tym kierunku i, jeśli jesteśmy zdrowi, zaszczepić przeciw WZW B (niestety, nie ma szczepionki zabezpieczającej przed WZW typu C). Do wizyty w gabinecie powinny też nas skłonić podwyższone wskaźniki wyżej wymienionych badań. Aby chronić wątrobę, jadajmy cztery, pięć posiłków dziennie, a nasze przemyślane menu wzbogaćmy o imbir, lukrecję, kurkumę i kardamon. Unikajmy używek, zażywajmy ruchu i nauczymy się relaksować. Warto wiedzieć, że obecnie jest wiele leków chroniących wątrobę i korzystnie wpływających na jej regenerację i pracę – głównie bazują na pochodnych związków sylimaryny, które występują także w ostropeście. Inną rośliną poprawiającą pracę wątroby jest karczoch. Dzięki zawartej w nim cynarynie dochodzi do obniżenia stężenia lipidów w surowicy. Warto więc go jadać lub zażywać zawierające wyciąg z niego preparaty.

DOBRZE MYŚL...

...nie tylko o wątrobie! Pozytywne nastawienie do życia, pogoda ducha i śmiech mają znaczenie dla funkcjonowania wątroby! To nie żart! Istnieje też zależność odwrotna: sprawna wątroba to radosny, otwarty umysł, dobre krążenie krwi i świetny seks, a osłabiona – wywołuje skłonność do agresji i wybuchowość. Wątroba najsprawniej działa i regeneruje się, gdy leżymy: w nocy wydziela odpowiednie enzymy, dlatego optymalny czas zasypiania to godzina 22–23. W ciągu dnia warto ją wspomóc ciepłym termoforem w godzinach najniższej aktywności, czyli między godziną 13 a 15.

Kontakt z dr Anną Krukowską pod nr. tel. 600 309 580.

Dr PARTAP S. CHAUHAN
specjalista medycyny ajurwedyjskiej z Instytutu Jiva Ayurveda

Wątroba jest siedzibą doszy pitta i zawiera pięć rodzajów ognia trawiennego, które odpowiadają pięciu elementom: Ziemi, Ogniowi, Wodzie, Powietrzu i Przestrzeni. Każdy specjalizuje się w trawieniu innych części pożywienia i muszą być w równowadze, by wątroba prawidłowo pracowała. Wszystkimi funkcjami wątroby zarządza subdosza *ranjaka pitta*. Gdy jej praca zostaje zaburzona, pojawiają się m.in. alergie, obstrukcje, zmęczenie, a poziom cukru i cholesterolu ulega podwyższeniu. Jak więc dbać o wątrobę? Powinniśmy jadać regularnie organiczne, świeżo przyrządzone pokarmy. Pijmy mało alkoholu, nie palmy tytoniu. Koniecznie pijmy dużo wody, by wypłukiwać toksyny. W naszym menu niech będą pokarmy chłodzące, słodkie soczyste owoce, gotowane ziarna, niefermentowany nabiał. Preferowane smaki to słodki, gorzki i cierpki. Unikaj żywności kwaśniej i fermentowanej, a także pikantnych przypraw i soli. Dzień zaczynajmy od jabłka lub dojrzałej gruszki, co ustabilizuje metabolizm i oczyści wątrobę. W łóżku powinniśmy się znaleźć przed godziną 22 (najbardziej obciążające dla niej jest „bycie na nogach" między 22 a 2). Unikajmy złych emocji i stresu. Okresowo zażywajmy dostępny w Polsce ajurwedyjski suplement ziołowy sprzyjający regeneracji wątroby Harad Plus. Przyjmujemy go dwa, trzy razy dziennie przez trzy do sześciu miesięcy. Kiedy stan wątroby się poprawi, poczujemy przypływ energii, skóra będzie zdrowsza, a system immunologiczny stanie się silniejszy.

Jiva Ayurveda Polska, tel. 22 751 97 97, www.jiva.com, www.ajurweda.pl

Dr TSOLMON MARGARIT
lekarz medycyny, specjalista medycyny chińskiej

Wątroba jest jednym z najważniejszych organów organizmu i pełni ponad 500 różnych funkcji. Współczesny styl życia zmusza ją do wzmożonego wysiłku, niszcząc jej komórki. Ten proces degradacji nie boli, bo nie jest ona unerwiona. Sygnałami ostrzegawczymi, że z wątrobą jest coś nie tak, są: wzdęcia, zaparcia, brak apetytu, złe samopoczucie, brak energii, świąd skóry i zmiany na skórze, zaburzenia widzenia. Moim pacjentom z dolegliwościami wątroby mówię, że do jej największych wrogów należą: alkohol, leki, a szczególnie te przeciwzapalne, oraz paracetamol i antybiotyki, a także wysoko przetworzone produkty (jedzenie typu fast food), cukier, słodycze, sól oraz stres).
Wątroba jest podatna na regenerację, więc zaczynamy od profilaktyki. Przede wszystkim unikajmy jej wymienionych wyżej wrogów oraz potraw smażonych i tłustych, codziennie pijmy ok. dwóch litrów niegazowanej wody, do każdego z pięciu posiłków dodawajmy warzywa i trzy razy dziennie jedzmy owoce. Dbajmy o utrzymanie prawidłowej masy ciała. W ochronie i leczeniu wątroby bardzo pomocne są rośliny i zioła (czarna porzeczka, nagietek, pokrzywa, mniszek) i suplementy diety zawierające wyciąg z nasion ostropestu, karczocha oraz propolis (kit pszczeli). Nieocenione okazują się one zwłaszcza w połączeniu z indywidualnie dobraną dietą i akupunkturą w przewlekłych stanach chorobowych wątroby. ●

Dr Margarit przyjmuje w Warszawie, ul. Bellottiego 1/7, tel. 22 838 94 81, 692 203 110; www.gabinetakupunktury.pl

OPRACOWANIE: JERZY KOWARSKI. ZDJĘCIA: RAFAŁ MASŁOW, ARCHIWUM PRYWATNE.

Kuracja do włosów suchych i zniszczonych farbowaniem

Seboradin®

Preparaty polecane osobom z włosami suchymi, zniszczonymi farbowaniem lub modelowaniem.

KONKURS!

Aby wygrać ułóż krótkie hasło reklamowe dla linii SEBORADIN.

Wyślij SMS pod numer 72653, a w treści wpisz **ZW.SEBO.Twoje hasło.** (aby wygrać kurację dla włosów suchych, zniszczonych farbowaniem i modelowaniem). Komisja konkursowa z grona uczestników wyłoni PIĘCIU laureatów, których odpowiedzi uzna za najbardziej oryginalne i kreatywne. Możesz wysłać dowolną liczbę SMS-ów, każdy bierze udział w konkursie. POWODZENIA!
Koszt wysłania jednego SMS-a 2 zł netto (2,46 zł brutto). Na odpowiedzi czekamy od 22 sierpnia do 25 września 2013 roku. Regulamin konkursu dostępny na *www.zwierciadlo.pl*. Organizator: Wydawnictwo Zwierciadło Sp. z o.o.

Dane osobowe uczestników konkursu będą przetwarzane przez organizatora konkursu, tj. Wydawnictwo Zwierciadło Sp. zo.o. w celu realizacji umowy przystąpienia do konkursu i jego prawidłowego przeprowadzenia lub marketingu własnych produktów organizatora konkursu. Gwarantujemy prawo do wglądu do swoich danych osobowych oraz ich poprawiania, jak również żądania zaprzestania przetwarzania danych. Dane osobowe nie będą udostępniane innym podmiotom. Podanie danych jest dobrowolne.

DLA KOBIET I DLA MĘŻCZYZN

Kuracje dostępne w aptekach i na www.seboradin.pl

wolni od stresu

PIERWSZY KROK DO OŚWIECENIA

PATANDŻALI, NAJWIĘKSZY AUTORYTET JOGI, W SWOICH NAUKACH BYŁ BARDZO WYMAGAJĄCY.

Może dlatego trafiały one wyłącznie do tych, którzy głęboko pragnęli wewnętrznej transformacji, oświecenia i spełnienia.

Tekst IWONA KOZAK

Ci, którzy czują te pragnienia głęboko, przyjmują nauki Patandżalego z wdzięcznością i pełnym oddaniem. Dla większości z nas mogą one być drogowskazem pomocnym w życiu, bowiem jego rady są uniwersalne, pokazują, jak funkcjonuje umysł, czego potrzebuje, a wręcz – w jakiej kolejności powinniśmy go trenować, aby nasza świadomość naturalnie się rozwijała.

Nigdy nie wiemy, kiedy i jak obudzi się w nas pragnienie zrozumienia siebie i staniemy się zaangażowanymi uczniami życia, poczujemy, że nic i nikt nie zastąpi nam wewnętrznej harmonii, spokoju. Paradoksalnie, wszystko, co robimy na co dzień, jest dążeniem do tego stanu, tyle że my chcemy go osiągnąć, idąc na skróty lub wręcz w przeciwnym kierunku. Zamiast błądzić i poszukiwać, Patandżali daje nam wskazówkę składającą się z ośmiu praktyk, obiecując, że jeśli ich użyjemy, dojdziemy do celu.

Jego **pierwsza rada** odnosi się do zasad naszego współistnienia ze światem zewnętrznym, a dokładniej – powściągliwości myśli, słów i czynów. Jeśli będziemy je stosować codziennie, przyniosą konkretne rezultaty.

1. Niekrzywdzenie – rezultat: brak wrogów.
2. Prawdomówność – rezultat: doskonałe komunikowanie się.
3. Zaniechanie kradzieży – rezultat: dostatek.
4. Wstrzemięźliwość – rezultat: witalność, spontaniczne manifestowanie cnót.
5. Brak zachłanności – rezultat: zrozumienie sensu istnienia.

Patandżali zaczął od zasad niezbędnych dla naszego umysłu, który choć z natury jest otwarty i nie zna granic, to funkcjonuje najlepiej, gdy ma ustaloną strukturę. Paradoksalnie, choć nasz umysł potrzebuje struktury, to buntuje się właśnie przeciwko narzuconym zasadom. To zrozumiałe, ponieważ podświadomie wiemy, że jesteśmy istotami oryginalnymi i każdy z nas chce tę oryginalność pokazać i poczuć. Każdy z nas inaczej przeżywa miłość, inaczej patrzy na zachód słońca, więc nie dziwmy się, że gdy ktoś coś narzuca, czujemy wewnętrzny niepokój, napięcie, strach, buntujemy się przed ograniczeniami. To są naturalne obawy, ale warto uzmysłowić sobie, że dopóki nie ustalimy pewnych zasad naszego współżycia ze światem zewnętrznym, zanim nie zaczniemy żyć według nich, nasz umysł nie zazna spokoju i swobody wyrażenia siebie. Wolność jest doznaniem wewnętrznym i jedynie nasz umysł może nam ją odebrać lub ograniczyć. Dopóki błądzi i poszukuje struktury, na której może się oprzeć, będziemy czuli wewnętrzny niepokój. Tak jak malarz ustala najpierw ramy swojego obrazu, tak my ustalamy granice dla umysłu, a dzięki temu ukierunkowujemy jego otwartą naturę. Co ciekawe, te granice na dłuższą metę otwierają nas, a nie ograniczają, budzą naszą autentyczną kreatywność, redukują strach. Nie bójmy się tych srogich zasad. Obserwujmy nasze codzienne działania, myśli i słowa w odniesieniu do tych pięciu nakazów. Według Patandżalego są one jedynie framugą naszego obrazu. A obraz to nasze życie. Jeszcze nie wybraliśmy nawet pędzli ani farb. Wszystko przed nami. ●

TYLKO WTEDY, GDY ZASTOSUJEMY PRAWIDŁOWĄ PRAKTYKĘ
nieprzerwanie przez długi czas, z pozytywnym nastawieniem i zapałem, zakończy się ona sukcesem.
Patandżali

ZDJĘCIE: ROBERT WOLAŃSKI.

BIEGIEM do POMOCY

Jeśli biegamy – pomagamy przede wszystkim sobie, bo uprawianie tego sportu przynosi ogromne korzyści naszemu organizmowi.

ALE MOŻEMY POMAGAĆ RÓWNIEŻ INNYM. WYSTARCZY TROCHĘ DOBREJ WOLI.

Znaczne polepszenie kondycji, zgubione kilogramy, wzmocnienie mięśni to efekty biegania, które odczujemy już po kilku tygodniach treningów. Mniej zauważalne są korzyści psychologiczne. Regularne uprawianie sportu podnosi naszą samoocenę. Sami przekonujemy się, że potrafimy być wytrwali i nie poddajemy się z byle powodu. Anna Rojek, członkini sekcji biegowej PKO Banku Polskiego: – Odkąd zaczęłam biegać, nabrałam więcej pewności siebie. Pokonywanie słabości pomaga wzmacniać poczucie własnej wartości oraz wiarę w swoje siły. Dodatkowo nauczyło mnie pokory oraz cierpliwości. Pokazało, że do celu trzeba dochodzić małymi kroczkami, nie ma drogi na skróty.

Wolność i swoboda

Przed podjęciem postanowienia o trenowaniu powstrzymuje nas często przekonanie o braku czasu. To paradoks, bo osoby, które to wyzwanie podjęły, twierdzą, że ten sport nauczył je lepszej organizacji. Ba, dzięki niemu mają poczucie wolności, tego, że wreszcie robią coś dla siebie, a nie związanego z obowiązkami. Katarzyna Turko, która tak jak Anna Rojek należy do sekcji biegowej PKO Banku Polskiego, mówi: – Trening to czas tylko dla mnie. Nikt do mnie nie dzwoni, o nic nie pyta, można chociaż na chwilę uciec od rodziny, przyjaciół, pracy, obowiązków i problemów. Przemyśleć wiele spraw i podjąć decyzje, które w codziennym hałasie jest trudno rozważyć.

Bieganie może też być sposobem na poszerzenie kręgu znajomych. Dzięki niemu chętniej nawiązujemy nowe kontakty. Chcemy być częścią wspólnoty biegaczy i pragniemy tę wspólnotę poznać. Anna Rojek: – Dzięki tej dyscyplinie poznałam wielu wartościowych i bardzo pozytywnie nastawionych do życia ludzi. Wspólna pasja bardzo łączy. Często zdarza się, że spotkaną po raz pierwszy osobę traktuje się jak starego znajomego. Tutaj znikają wszelkie granice, wszyscy jesteśmy równi.

ZDJĘCIA: GETTY IMAGES/FPM.

Nie tylko rywalizacja

Kiedy dzięki regularnym treningom podniesiemy wytrzymałość i zyskamy więcej pewności siebie, powinniśmy pomyśleć o kolejnym etapie przygody z bieganiem. W wielu miastach Polski można wziąć udział w specjalnie organizowanych biegach. Przykłady? Maratony w Krakowie i Poznaniu czy cykl imprez „Zabiegaj o pamięć" w Warszawie, w skład którego wchodzą biegi Konstytucji 3 Maja, Powstania Warszawskiego oraz Niepodległości. W samym tylko wrześniu odbędzie się m.in. 31. Wrocław Maraton, I Międzynarodowy Bieg Uliczny „Przemyska Dycha" oraz 4. Bieg z Klasą w Poznaniu. Są także projekty, których organizatorzy chcą zwrócić uwagę na ważne problemy społeczne. Tak jest w przypadku warszawskiego Onkobiegu. Jego celem jest pomoc podopiecznym Centrum Onkologii w Warszawie.

Organizatorzy biegów coraz częściej zresztą prowadzą akcje charytatywne na rzecz potrzebujących. Anna Rojek: – Można pomagać w bardzo prosty sposób – startując w zawodach, w których zbierane są środki na jakiś konkretny cel, lub samemu zorganizować lokalny bieg w swojej okolicy zamieszkania. Fundacja PKO Banku Polskiego organizuje wiele takich akcji na terenie całej Polski. Chętnie biorę w nich udział. Wystarczy przed startem wpisać się na listę wolontariuszy i pobiec z naklejką z imieniem osoby, która potrzebuje wsparcia. W zamian za zaangażowanie Fundacja przekazuje pieniądze na jej leczenie.

Warto zapamiętać, że takie zaangażowanie może być potężnym motywatorem, potwierdza to Katarzyna Turko: – Bieganie dla samej siebie sprawia dużą satysfakcję, jednak pokonywanie kolejnych kilometrów może mieć głębszy wymiar – nieść pomoc innym. Wówczas jest ona jeszcze większa. Jak tylko czas mi na to pozwala, biorę udział w biegach charytatywnych. Zachęcam również innych do wspierania akcji organizowanych przez Fundację PKO Banku Polskiego. Każdy może do nas dołączyć. ●

ZDJĘCIE: ZOFIA RÓŻYCKA, ALEKSANDRA SZWARC.

NA·BIAŁO

PRZEDŁUŻENIE LATA – NA TEN CZAS PROPONUJEMY LEKKIE, ŚWIEŻE, PROSTE I PYSZNE POTRAWY.

Najlepiej smakują na powietrzu, w ostatnich promieniach słońca.

Stylizacja i tekst ZOFIA RÓŻYCKA i ALEKSANDRA SZWARC

RISOTTO Z BOBEM
KURKAMI I OWCZYM SEREM

KOTLETY JAGNIĘCE
Z SAŁATKĄ Z OGÓRKÓW I SOSEM MIĘTOWYM

OLIWA BAZYLIOWA
Z OREGANO

DESER JOGURTOWO-WANILIOWY Z RABARBAREM

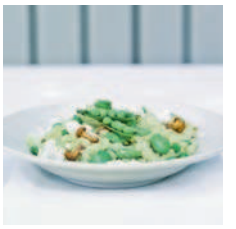
PRZEPISY

NA BIAŁO

KOTLETY JAGNIĘCE Z SAŁATKĄ Z OGÓRKÓW I SOSEM MIĘTOWYM

Składniki na 4 porcje: 8 kotletów jagnięcych z kostką (w całości, bez rozkrajania), sól, grubo mielony pieprz, jogurt grecki. Sałatka: 3 długie ogórki, pęczek mięty, sok z cytryny, sól i pieprz. Sos miętowy: listki z pęczka mięty, płaska łyżeczka brązowego cukru, 25 ml octu z czerwonego wina, sól, pieprz, 25 ml wrzątku.
Czas przygotowania: 40 minut

Jagnięcinę natrzeć sporą ilością soli i pieprzu (mięso musi być w temperaturze pokojowej). Obsmażyć na gorącej patelni po 2 minuty z każdej strony. Włożyć do piekarnika rozgrzanego do 180 stopni C na ok. 15 minut, by uzyskać mięso średnio wypieczone. W tym czasie zmiksować wszystkie składniki sosu miętowego i odstawić na bok. Ogórki obrać obieraczką do warzyw, aż do pestek, by powstały długie wstążki. Skropić sokiem z cytryny, dodać listki mięty i przyprawić solą oraz pieprzem. Wykroić kotleciki między kostkami (2 na porcję). Podawać na sałatce z ogórków z sosem miętowym i jogurtem greckim.



RISOTTO Z BOBEM, KURKAMI I OWCZYM SEREM

Składniki na 4 porcje: szklanka ryżu carnaroli lub arborio, 250 ml białego wina, ok. litra bulionu warzywnego lub drobiowego, 300 g świeżego bobu, 150 g zielonego groszku, 200 g kurek, 2 łodygi selera naciowego, 3 ząbki czosnku, 100 g parmezanu, 150 g miękkiego sera owczego, pęczek szczypiorku, 50 g masła, 50 g gęstej kwaśnej śmietany, sól i pieprz.
Czas przygotowania: 35 minut

Bób i groszek gotować minutę we wrzątku. Przelać zimną wodą i obrać bób. Na łyżce masła podsmażyć kurki, przełożyć do bobu. Na patelni rozgrzać resztę masła, wrzucić posiekany seler, czosnek i smażyć, aż zmiękną. Wsypać ryż, zamieszać, wlać wino. Gotować, aż wyparuje. Dolewać po szklance gorącego bulionu. Mieszać. Poczekać ok. 15–20 minut, by bulion się wchłonął. Wrzucić bób, groszek i kurki. Dodać tarty parmezan, szczypiorek i śmietanę. Zamieszać, aby ser się rozpuścił. Doprawić grubo mielonym pieprzem. Na wierzchu ułożyć pokruszony owczy ser i podawać.

OLIWA BAZYLIOWA Z OREGANO

Składniki na ok. 1/2 l oliwy: 400 ml oliwy, szklanka listków bazylii, 1/2 szklanki listków oregano, dodatkowo 2 i 1/2 szklanki listków bazylii i oregano, dodatkowo 80 ml oliwy z oliwek, łyżeczka drobnej soli morskiej.
Czas przygotowania: 20 minut

400 ml oliwy z oliwek podgrzewać z listkami ziół na małym ogniu, aż będzie ciepła, ok. 5 minut. Odstawić na kwadrans i odcedzić. Dodatkowe listki ziół zblanszować i osuszyć. Zmiksować na pastę wraz z dodatkową oliwą i solą. Wmieszać w oliwę. Podawać z białym serem, twarogiem lub ricottą.

DESER JOGURTOWO-WANILIOWY Z RABARBAREM

Składniki na 6 porcji: 650 g rabarbaru (po obraniu), 100 g cukru, laska wanilii, 500 g jogurtu, 200 g gęstej śmietany 36-proc., skórka z cytryny, 50 g cukru pudru.
Czas przygotowania: 20 minut (dodatkowo parę godzin na schłodzenie)

Rabarbar obrać i pokroić na centymetrowe kawałki. Zasypać cukrem i podsmażać przez ok. 15 minut, aż zmięknie. Wrzucić ziarenka z połowy laski wanilii. Ostudzić. Jogurt zmieszać ze śmietaną, dodać cukier puder, skórkę z cytryny i ziarenka z drugiej połowy laski wanilii. Dobrze wymieszać, schłodzić. Podawać z rabarbarem.

ZDJĘCIA: STUDIO ZWIERCIADŁO.

Natychmiastowa ulga w nadwrażliwości, która trwa.

Co powoduje nadwrażliwość?

Lody, zimne napoje, gorąca kawa – większość z nas je lubi. Niestety, części z nas przyjemność związaną z jedzeniem zakłóca ból nadwrażliwych zębów. Może być krótki, nagły, często nieoczekiwany, ale i tak wystarczająco dokuczliwy, aby przeszkodzić nam cieszyć się życiem w pełni.

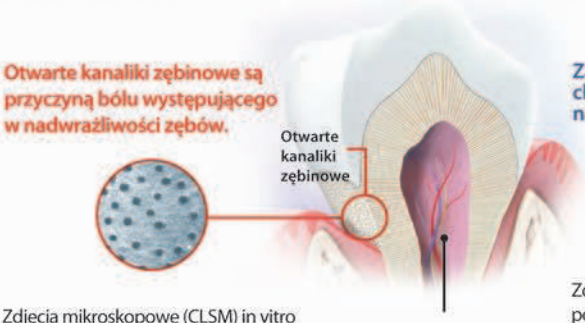
Jak działa pasta Colgate® Sensitive Pro-Relief™?

Badania kliniczne dowodzą, że kluczowa jest innowacyjna receptura pasty. W przeciwieństwie do innych past do nadwrażliwych zębów Colgate® Sensitive Pro-Relief™ zawiera unikalną recepturę Pro-Argin™.

Zamiast powoli uśmierzać ból, technologia Pro-Argin™ zaczyna zatykać otwarte kanaliki zębinowe natychmiast po zetknięciu z powierzchnią zęba. Otwarte kanaliki zębinowe, przez które uczucie gorąca lub zimna dociera do nerwów, zostają zamknięte przez recepturę Pro-Argin™ dając poczucie natychmiastowej ulgi.

Jakie są powody nadwrażliwości?

Jak działa Colgate® Sensitive Pro-Relief™?



Zdjęcia mikroskopowe (CLSM) in vitro nieleczonej powierzchni zębiny z otwartymi kanalikami.

Zdjęcia mikroskopowe (CLSM) in vitro pokazujące zamknięte kanaliki zębinowe po użyciu pasty Colgate® Sensitive Pro-Relief™.

„Testy kliniczne dowiodły, że nowa pasta Colgate® Sensitive Pro-Relief™ przynosi natychmiastową i długotrwałą ulgę".

Dr Bill DeVizio,
Doktor Nauk Medycznych,
Wiceprezydent Działu Badań Klinicznych Colgate – Palmolive.

Dla mnie jako badacza to prawdziwa innowacja. Badam problem nadwrażliwości zębów od lat, ale nigdy do tej pory nie widziałem efektów tak imponujących jak te, które daje pasta Colgate® Sensitive Pro-Relief™. Jej przełomowa formuła daje natychmiastową ulgę po miejscowej aplikacji pasty przez okres jednej minuty na każdy nadwrażliwy ząb. Co więcej, badania kliniczne dowiodły, że ulga w nadwrażliwości jest trwała, jeśli każdego dnia szczotkujemy zęby z użyciem pasty Colgate® Sensitive Pro-Relief™.

Dodatkowo, badania konsumenckie pokazały, że aż **8 na 10 osób cierpiących na nadwrażliwość po miejscowej aplikacji pasty zaobserwowało natychmiastową ulgę, nawet po poddaniu ich testowi wypicia lodowato zimnej wody.**

Podejmij wyzwanie dzisiaj! Nie znajdziesz skuteczniejszego sposobu uśmierzania bólu.
Weź udział w akcji Colgate® Sensitive Pro-Relief™ w następujących miastach:
Warszawa, Kraków, Poznań, Wrocław, Łódź, Lubin, Bydoszcz, Gdańsk.
Więcej informacji znajdziesz na: www.colgatesensitiveprorelief.pl.

GWARANTOWANY ZWROT PIENIĘDZY

KTO ZACYTUJE *TĘ STYLÓWĘ?*

Dziś szczypta neurologii; powiedzcie, że też tak macie: inteligencja jest, liczenie, czytanie, odróżnianie wysokich cen od niskich niby na najwyższym poziomie, ale wałęsa się po czaszce zawsze tych kilka fałd jak gdyby bledszych, słabiej ukrwionych, których zawiłość przypomina taflę morza w bezwietrzny dzień.

JEDZENIE
ZA NIC MAJĄCE
BURGERY
Z PODMUCHEM RUKOLI,
ZUPY PHO, SUSHI
I INNE WYNALAZKI
GLOBALIZACJI.

Opinie naukowców są podzielone: jedni twierdzą, że po prostu ulegają one erozji, swoistemu wygładzeniu w wyniku użytkowania, inni, że nigdy nie zdołały się prawidłowo ukształtować. Ja czuję swoje w tyle czaszki, dryfują jak rozplecione warkocze.

Być może ich rozwój przypadł na okres, gdy podstawą żywienia dzieci były biblijnej skromności wyroby garmażeryjne ze sklepiku szkolnego (wiem, że cieknie wam ślinka, więc od razu podaję przepis na bułkę jarską '91: bułka, keczup, 2 plastry ogórka), popite sowicie napojem Tropicana i zagryzione gumą Turbo (ubogą w walory odżywcze, lecz dostarczającą strawy duchowej w postaci wizerunków samochodów wyścigowych).

To właśnie w ich wybrakowanej tkance przechowujemy wyimki z piosenek Elektrycznych Gitar, sześciocyfrowe numery do kolegów z podstawówki, niezweryfikowane nigdy przekonania w rodzaju „Dłuższe życie każdej pralki to Calgon" i numer zegarynki.

Jak te kąciki w domu, działające magnetycznie na rzeczy niepotrzebne, ale w jakiś sposób niedające się wyeliminować z krwiobiegu codzienności: monety 20-groszowe, nakrętki od niepiszących długopisów, gumki recepturki, bibułki i klucze od nie wiadomo czego, tak i te niepofałdowane fałdy przetrzymują różne informacje tyleż nieatrakcyjne, co nieusuwalne. Dane najpośledniejszego typu, które nieodmiennie w gorsze dni, dni o niskim ciśnieniu lub dni po jakimś wielkim balu, na który drugi raz prawdopodobnie nie zaproszą już nas wcale, podmyte płynem mózgowym wydostają się z przegródek i załamań i wypływają triumfalnie jak zwłoki z jeziora. To właśnie stamtąd ostatnio niespodziewanie przywiosłowała do mnie głośna swojego czasu piosenka „Koko koko Euro spoko".

Dziś nikt już nawet jej nie zanuci. A przecież toksyczna, nieustępliwa fraza grzmiała jeszcze niedawno z każdej szpary. Koko – sympatyczny odgłos przypisywany ptactwu domowemu; Euro – wiadomo, spoko – slangowe „w porządku", które jednak w ustach roztańczonych babuk w strojach ludowych nabierało szczególnego oddźwięku; co najmniej jak „Kurka siwa!" wypowiadana przez Bożenkę z Klanu,

DOROTA MASŁOWSKA *pisarka. Autorka powieści „Wojna polsko-ruska pod flagą biało-czerwoną", „Paw królowej" i „Kochanie, zabiłam nasze koty" oraz dramatów „Dwoje biednych Rumunów mówiących po polsku" i „Między nami dobrze jest".*

gdy zalewajka zachlapała jej golf. Ta niefortunna zbitka słów łączyła wielką Europę z wielkim brakiem Europy niby gliniasta ziemia niebo z piekłem; nie możemy się ich teraz nagle wyrzec.

Oczywiście, nie mówię do tych, co mieszkają w wielkich miastach; ci nie pamiętają, co było w zeszły wtorek, bo od tamtego czasu odsłonięto cztery nowe wieżowce, a zeszłoroczny śnieg został usunięty, nim jeszcze zdążył spaść, zresztą razem z tym przyszłorocznym. Dla nich mistrzostwa to rodzaj niejasnego wspomnienia, po którym zostały już tylko wyskakujące od czasu do czasu z różnych zakamarków gwizdki, połamane kredki kibica (nie wyrzucajcie, na pewno przydadzą się jeszcze nie raz!) oraz niedokończone autostrady. Och, melancholio triumfu, który nie nadszedł! Być może w wielkich miastach, w których hajcuje się jak w wielkim piecu, takie zdarzenia błyskawicznie zarastają tkanką innych. Tym większe jest moje zdziwienie, gdy wjeżdżam do gminy Gniewino w województwie pomorskim, gdzie stacjonowała drużyna hiszpańska. Tam mistrzostwa trwają ciągle w najlepsze! Za nic mają tradycyjnie pojmowany upływ czasu; anachroniczne podziały na przeszłość i teraźniejszość. Co więcej, można śmiało założyć, że rok 2012 potrwa tam jeszcze około dekady. Nie wierzę, by szybciej udało się przetrawić temu mejscu przydrożne kamienie przemalowane olejno na piłki nożne, śmietniki w kształcie tychże i banery wciąż witające przybyszów z Hiszpanii, dość, jak się zdaje, nieprzybywających.

W restauracji, w której jemy obiad, wisi sporych rozmiarów gazetka z dokumentacją fotograficzną ich zeszłorocznej wizyty. Figlują oni na zdjęciach ze skrzynkami piwa i bratają się z autochtonami; uwiecznienie i wyeksponowanie tego przez gospodarzy jest dowodem na pierwotny, mimowolny zachwyt Innym i uświadamia, jak egzotycznym zjawiskiem jest tu cudzoziemiec. Bo lokal ten, zanurzony głęboko w roku 1991, to jakby kontridea Euro.

W powietrzu wiszą spalone kiedyś w dużej ilości papierosy Fajrant i olej, na którym usmażono schabowe na obiady weselne par, które dawno się już rozwiodły. Przesiąknięte smażeliną obrusy z lśniącej materii rzucone fantazyjnie na stoły i przyskrzynione pucharami sztucznej galaretki, w które zatknięto liście przejrzałych fikusów; glazura i terakota przywołują najlepsze tradycje polskiego kafelkarstwa alkoholowo-funeralnego.

No i jedzenie; za nic mające burgery z podmuchem rukoli, zupy pho, sushi i inne wynalazki globalizacji. Wysmażony na chrupko, przemysłowo złoty cepelin devolaya, marchewka z groszkiem i frytki przyozdobione liśćmi zielonej sałaty i chryzantemą z ogórka – klasyka polskiej kuchni okolicznościowej. Być może, nim wszystko zmieni się w pastelowe restauracje serwujące kuchnię parawłoską, takimi miejscami będzie musiał zająć się konserwator zabytków. I który warszawski restaurator odważy się jako pierwszy zacytować tę stylówę?

Na koniec tylko życzę wam, żeby wyciągnięta tu przeze mnie wiadomo jaka piosenka nie prześladowała was przez cały dzień aż tak bardzo, jak i tak będzie was prześladować. ●

ZDJĘCIE: RAFAŁ MASŁOW.

reklama

Nowe i ponadczasowe

Sprawdzona, skuteczna i niezawodna pielęgnacja skóry i włosów.

Sama łagodność

Najważniejsze składniki kosmetyków do oczyszczania skóry z linii Pure & Natural to kojący i nawilżający skórę organiczny aloes oraz olej arganowy, który jest naturalnym źródłem witaminy E. Dzięki temu mleczko do demakijażu delikatnie oczyszcza skórę, nie naruszając jej ochronnej bariery, a tonik wzmacnia i odżywia skórę, optymalnie przygotowując ją do zabiegów pielęgnacyjnych. Ani w jednym, ani w drugim kosmetyku nie ma parabenów, silikonów, sztucznych barwników ani olejów mineralnych.
Mleczko oczyszczające oraz tonik Pure & Natural Nivea Visage, oba produkty – 200 ml/12,99 zł

Skuteczność gwarantowana

Najnowsze antyperspiranty Rexony to propozycja dla tych z nas, którym zależy na stuprocentowej ochronie, bo zawierają one maksymalną dopuszczalną dawkę soli antyperspiracyjnych. Wzbogacono je też w specjalne mikrokapsułki, które stopniowo uwalniają zapach wtedy, gdy najwięcej się ruszamy. Nowe antyperspiranty polecane są do stosowania nie na dzień, lecz na noc, po wieczornym prysznicu.
Antyperspiranty Rexona Maximum Protection 45 ml/24,99 zł (w drogeriach Rossmann).

Nie tylko nawilżanie

Niedobory wody natychmiast uwidaczniają się na powierzchni skóry. Dlatego nawilżanie jest podstawą pielęgnacji wszystkich rodzajów cery. W nowej linii pielęgnacyjnej Garniera, której głównym zadaniem jest dbanie o właściwy poziom nawodnienia naskórka, jest aż pięć różnych kremów. Ich formuły zostały bowiem stworzone na miarę specyficznych potrzeb różnych typów cery.
Kremy nawilżające Hydra Adapt Garnier 50 ml/13 zł

Chwila wytchnienia

Położony zaledwie 70 km na północ od Warszawy hotel zbudowano z myślą o ludziach, którzy chcą wypocząć w pięknym miejscu z dala od miejskiego zgiełku. Odzyskać dobrą formę pomagają trenerzy fitness, masażyści i kosmetyczki, a zabiegi w spa firmuje marka Clarins znana ze skutecznych kosmetyków łączących naturalne roślinne wyciągi i nowoczesną technologię.
Hotel BoniFaCio Spa & Sport Resort, Kępa k. Sochocina, www.hotelbonifacio.pl

Rzęsy dobrze ubrane

O świetnej jakości mascar z linii Hypnôse nie trzeba nikogo przekonywać. Teraz tusze zyskały nową oprawę – opakowania z limitowanej edycji stworzył Alber Elbaz, główny projektant domu mody Lanvin.
Tusze Hypnôse, kolekcja limitowana Lancôme Show by Alber Elbaz 145 zł

OPRACOWANIE: KATARZYNA LEWICKA-STACHOWICZ. ZDJĘCIA: MATERIAŁY PRASOWE

Do rzeczy

Praktyczne wskazówki – co trzeba mieć, kogo podpatrzyć, gdzie warto kupować i odpoczywać.

Użyteczny design

Generacja 6000 to urządzenia kuchenne do zabudowy firmy Miele. Obejmuje ona dwie linie designerskie: ContourLine oraz PureLine. Obie zapewniają wiele możliwości aranżacji wnętrza i mnogość stylów: od rustykalnego i klasycznego, przez skandynawski minimalizm, do odważnej awangardy niestroniącej od kontrastowych kolorów. Urządzeniami można sterować za pomocą dotykowego wyświetlacza M Touch. ***Więcej na www.miele.com.pl***

Idealna cera

Kobieca cera jest podatna na zmiany pigmentacyjne (piegi, plamy, przebarwienia). Zaleca się więc kremy, zwłaszcza na noc, niwelujące te zmiany. Eucerin Even Brighter Krem na Noc na przebarwienia z kwasem glicyretynowym, d-pantenolem odbudowuje komórki uszkodzone przez UV, wyrównuje koloryt. A przeznaczony jest do wszystkich typów skóry, także do wrażliwej. ***Eucerin Even Brighter 50 ml/ok. 110 zł (w aptekach).***

Odżywione ciało

Słońce, niskie i wysokie temperatury, wiatr, zanieczyszczenia, stres. Warunki środowiskowe oraz tryb życia osłabiają kondycję skóry, przyczyniając się do jej odwodnienia, utraty elastyczności i zdrowego kolorytu. Balsamy do ciała Kolastyna zapewnią skórze długotrwałe nawilżenie. Collasten Complex – kompozycja kolagenu, elastyny i glikogenu – usprawnia dotlenienie komórek i ich metabolizm. Kosmetyki nie zawierają parabenów. Balsam odżywczy z naturalnym masłem awokado, będącym bogatym źródłem witaminy E, chroni skórę przed niszczącym działaniem wolnych rodników i hamuje proces jej starzenia.
Balsamy do ciała Kolastyna 250 ml/10,99 zł

Dla kocich zmysłów

Marka Gourmet firmy Purina, lider na rynku kocich przysmaków, przygotowała kompozycje, które zostały zamknięte w złotych puszkach. Kocie podniebienia są wymagające. Codziennie można je rozpieszczać wyszukanymi doznaniami kulinarnymi. Mus z tuńczykiem, drobiem lub łososiem, mus z warzywami: z kaczką w przybraniu szpinakowym bądź z jagnięciną i zielonym groszkiem, kawałki królika zachwycą kocich smakoszy.
Puszka Gourmet Gold/ok. 2,39 zł

Klif się zmienia

W Klifie na wszystkich miłośników mody czekają już nowe jesienno-zimowe kolekcje. Wszystko w zgodzie z obowiązującymi światowymi trendami. Do tego jeszcze większy wybór marek. Już od września do Domu Mody Klif dołączą: Tommy Hilfiger, Napapijri, Tous, Yes Prestige. Klif się zmienia! Do końca roku swoje salony otworzą m.in. Księgarnie Matras, Super-Pharm, COS i H&M z konceptem Home! ***Więcej na www.klif.pl***

Do rzeczy

Praktyczne wskazówki – co trzeba mieć, kogo podpatrzyć, gdzie warto kupować i odpoczywać.

Po kąpieli słonecznej

Latem skóra staje się szorstka, łuszczy się i piecze. Dlatego po kąpielach słonecznych ważne jest nawilżanie. Preparaty na twarz i ciało Cetaphil w tym pomogą. Balsam do twarzy i ciała przeznaczony do pielęgnacji suchej i wrażliwej skóry głęboko i długotrwale nawilża za sprawą m.in. wiążącej wodę gliceryny, oleju z orzechów makadamia i łagodzącego podrażnienia pantenolu. ***Balsam do twarzy i ciała MD Dermoprotektor 250 ml/ok. 38 zł***

Usta pod ochroną

Składnik kosmetyków tak obecnie powszechny, że nikt już nie pamięta i nie pyta o jego pochodzenie. Masło shea to olej roślinny wytwarzany z nasion afrykańskiego drzewa z gatunku masłosz parka (*Vitellaria paradoxa*). W Afryce subsaharyjskiej jadalny i stosowany do smażenia oraz wielu potraw. Jako składnik pomadki Nivea Lip Care Hydro Care wraz z innymi ingredientami aktywnymi: aquasferami, hydraminą, wyciągiem z pestek winogron, olejkiem żożoba, zapewnia ustom intensywne nawilżenie na wiele godzin. ***Pomadka ochronna Nivea Lip Care Hydro Care 6,99 zł***

Z szybkością światła

Wyróżnia go ponadprzeciętna szybkość, która pozwala uchwycić ulotne chwile i umożliwia natychmiastowe dzielenie się efektami pracy. Stylistyka aparatu Samsung linią nawiązuje do aparatów analogowych. Samsung NX300 umożliwia rejestrowanie trójwymiarowych zdjęć i filmów za pomocą obiektywu NX 45 mm f/1.8 2D/3D. Jest dostępny w trzech wersjach kolorystycznych – białej, czarnej, a także brązowej. ***Aparat NX300 Samsung z obiektywem 18–55 mm/3299 zł***

Polska Niagara

Hotel Narvil Conference & Spa w Serocku to nie tylko oaza spokoju i możliwość bliskiego kontaktu z przyrodą. To także komfortowa strefa relaksu Niagara Spa. Do dyspozycji klientów jest 11 gabinetów zabiegowych, których stylistyka nawiązuje do krain Oceanii, Azji, Afryki, obu Ameryk. Także nieocenione masaże prenatalne dla kobiet w ciąży cieszą się powodzeniem. ***Więcej na www.hotelnarvil.pl***

Radość z jazdy

Nowe BMW Z4 łączy klasyczne proporcje roadstera z najnowocześniejszymi technologiami. Innowacyjne rozwiązania sprawią, że zadowoleni będą wielbiciele sportowej jazdy oraz ci, którzy cenią komfort podróżowania. Kształty, materiały i elementy obsługi we wnętrzu auta to esencja elegancji i funkcjonalności, a sztywny dach zapewni ochronę przed niespodziewanym deszczem bez konieczności zatrzymywania samochodu. ***Więcej na www.bmw.pl***

Malina nordycka

Malina nordycka (moroszka), rzadka w Polsce, rośnie powszechnie w Skandynawii. Ekstrakt z tego owocu znajdziemy w linii odżywczych produktów marki NEUTROGENA®. W jej skład wchodzą emulsja i balsam do ciała, krem do stóp i krem do rąk oraz sztyft do ust. Udowodniono klinicznie, że nowa unikalna odżywcza formuła z maliną nordycką współgra z naturalnymi procesami zachodzącymi w skórze i trzykrotnie poprawia poziom jej nawilżenia (indeks poziomu nawilżenia – siedem godzin po aplikacji). Kosmetyki są odpowiednie również do skóry wrażliwej. ***Krem do stóp Neutrogena 100 ml/16,99 zł***

Antyperspirant z kremem

Zwykle na etykiecie antyperspirantów znaleźć można przeciwwskazanie, jeśli chodzi o stosowanie na skórę po depilacji. Nie dotyczy to na pewno Dove. Dzięki zawartości kremu nawilżającego pozostawia cerę gładką i pomaga w utrzymaniu prawidłowego poziomu jej nawilżenia. Regeneruje podrażnioną po goleniu skórę pod pachami. Zawdzięcza te niezwykłe właściwości wiążącej silnie wodę glicerynie i przeciwzapalnym kwasom omega-6, które wzmacniają barierę lipidową naskórka. ***Dove antyperspirant spray/roll on/sztyft/ok. 13 zł***

Królowa jednej nocy

W przeciwzmarszczkowej serii Dermiki – Biogenią wykorzystano w preparatach Ektoinę Multirole MR. To skuteczny związek aktywny wytwarzany przez mikroorganizmy żyjące w ekstremalnych warunkach (np. na pustyniach solnych). Ektoina zapobiega uszkodzeniom DNA komórek. Zawiera m.in. kompleks substancji z kaktusa (Królową jednej nocy) z flawonoidami i węglowodanami o działaniu antyrodnikowym. ***Seria Biogenią Dermika– od 37 zł do 53 zł***

Wafelki od Artura!

Wafelki mogą być kobiece? Zwłaszcza takie, które zmieszczą się do kieszonki w damskiej torebce. Po śniadaniu do kawy – niezastąpione. Wraz z początkiem roku firma Artur poszerzyła ofertę produktową o wafle marki Marco Polo. Delikatne, kakaowe, orzechowe oraz kokosowe, oblane czekoladą. W atrakcyjnych kolorowych opakowaniach.
Wafelki Marco Polo kakaowe 34 g/0,77 zł

Metamorfoza fryzur

Jeśli rewolucja w stylizacji fryzur, to tylko w nowo otwartym Maniewski Hair & Body, w domu handlowym Vitkac. Tu sztuka pielęgnacji włosów oraz kreowania wizerunku łączy się ze światem wielkiej mody. Maciej Maniewski propaguje ideę metamorfozy fryzury przez cięcie. A wszystko w nowoczesnych wnętrzach. Mistrz stylizuje przy sesjach dla znanych marek i na planach filmowych. ***Więcej na www.maniewski.pl***

OPRACOWANIE: MAŁGORZATA HNAT. ZDJĘCIA: MATERIAŁY PRASOWE.

Nie tylko leki

Podręczne specyfiki na drobne przypadłości.

Poza próchnicą

Oprócz próchnicy zębom grozi też erozja, czyli patologiczny proces nieodwracalnej utraty twardych tkanek zębów na skutek działania tak zwanych kwasów. Kwasy te pochodzą z pożywienia lub z żołądka. Doprowadzają do rozmiękczenia szkliwa i jego wytrawiania. Zmiany erozyjne są nieodwracalne, dlatego ochrona przed nimi ma kluczowe znaczenie. Składniki pasty do zębów i płynu do płukania jamy ustnej elmex® tworzą ochronną warstwę, która zwiększa odporność zębów na erozję i chroni przed próchnicą. ***Pasta do zębów/ok. 17 zł; płyn elmex®/ok. 22 zł. Więcej na www.elmex.pl***

Być kobietą

Warto zaufać naturalnym składnikom i skorzystać z ich działania. Preparat Vita-Femin został stworzony właśnie na bazie naturalnych ingredientów, takich jak kofeina z guarany i żeń-szeń, dla kobiet o nieco osłabionej odporności i spadku energii. Wraz z niezbędnymi witaminami oraz minerałami zmniejszają uczucie zmęczenia oraz wspomagają funkcjonowanie układu odpornościowego. ***Vita-Femin 60 kapsułek/ok. 40 zł***

Cudowny olejek

Uniwersalny, do twarzy i ciała, o delikatnym różanym zapachu – niezastąpiony w pielęgnacji skóry dotkniętej problemem rozstępów i blizn. Mogą go używać kobiety w ciąży – od drugiego trymestru, oraz osoby z tendencją do wahań wagi. Olejek polecany jest do pielęgnacji skóry suchej i odwodnionej, z nierównomiernym kolorytem lub zmianami pigmentacyjnymi powstałymi np. na skutek nadmiernego nasłonecznienia. Sprawdzi się więc idealnie jako kosmetyk pielęgnacyjny po lecie. Warto pamiętać jednak, że olejek nie zlikwiduje niedoskonałości, ale wpłynie na poprawę wyglądu skóry. ***Bio-Oil 60 ml/ok. 36 zł***

Magnez z witaminą

Suplement diety Magnez + Witamina B6 polecany jest żyjącym aktywnie, obciążonym stresem oraz pijącym sporo kawy. Preparat zawiera kompozycję organicznych związków magnezu i witaminy B6, które pomagają we właściwym funkcjonowaniu układu nerwowego, w utrzymaniu prawidłowych funkcji psychicznych organizmu oraz przyczyniają się do zmniejszenia uczucia zmęczenia i znużenia. ***Magnez + Witamina B6 50 tabletek/12 zł***

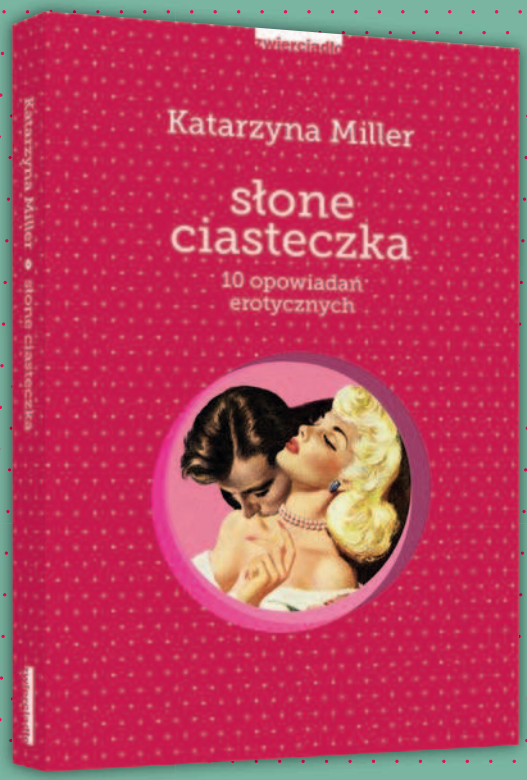
Objętość w cenie

Codziennie gubimy około stu włosów. To stan normalny. Ale warto profilaktycznie wzmocnić cebulki włosów. Stres, problemy hormonalne, starzenie się, niewłaściwa dieta powodują osłabienie cebulek, które wytwarzają cienkie włosy. Marka Inneov opracowała formułę preparatu doustnego Inneov Densilogy. Witamina D3, E, C, likopen, kwasy omega-3, cynk zapewniają ochronę strefy przytwierdzenia cebulki (membranę). ***Inneov Densilogy 108 zł***

OPRACOWANIE: MAŁGORZATA HNAT. ZDJĘCIA: MATERIAŁY PRASOWE.

zwierciadło

Książki Katarzyny Miller

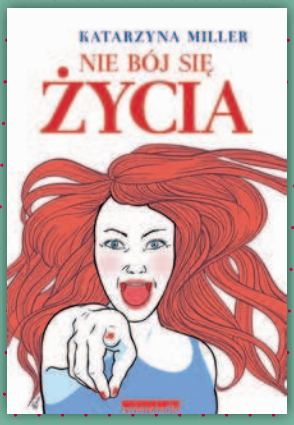


SPOTKANIE Z KATARZYNĄ MILLER

24 września, godz. 19.00
SKWER (filia Centrum Artystycznego Fabryka Trzciny)
ul. Krakowskie Przedmieście 60a, Warszawa
WSTĘP WOLNY

NOWOŚĆ!

Ceniona i lubiana psycholożka – w zupełnie nowej odsłonie! „Słone ciasteczka. 10 opowiadań erotycznych" to zbiór pikantnych tekstów autorstwa Katarzyny Miller. Znakomity portret ludzkich uczuć, pragnień i fantazji erotycznych realizowanych w stałych związkach, przelotnych romansach lub pozostających jedynie w sferze pragnień...



TERAZ W MIĘKKIEJ OPRAWIE! RÓWNIEŻ W WERSJI AUDIO!

35% taniej na www.ksiegarnia.zwierciadlo.pl

Patroni medialni książki „Słone ciasteczka. 10 opowiadań erotycznych":

WP.PL ksiazki.wp.pl eDarling Passion Project RADIO KOLOR 103 FM

PANNA 24.08–22.09

Żywioł ZIEMI

Już tak bywa w miesiącu, kiedy masz urodziny, że zastanawiasz się, dokąd zmierza twoje życie. Czy znalazłaś się w tym punkcie, w którym miałaś być w tym wieku? Czy jesteś na trajektorii, która umożliwi ci osiągnięcie celów? I to jest właśnie najlepszy czas na taką korektę planów, aby osiągnąć satysfakcję i szczęście, do którego przecież masz prawo. Ta rada dotyczy w tym samym stopniu wszystkiego – od relacji partnerskich, przez karierę, po sprawy domowe. W połowie miesiąca pojawią się okoliczności, które wymuszą duże zmiany w twoim życiu, albo ty sama zdecydujesz się je wprowadzić. Niech troska o finanse nie wpłynie na twoje decyzje lub na opinię o innych ludziach. Jeśli poczekasz cierpliwie na idealny moment, dobra koniunktura będzie potem trwać jeszcze bardzo długo. Wrzesień to wspaniały miesiąc zwłaszcza dla twórczych działań, zatem jeśli któryś z twoich życiowych celów jest związany z biznesem, wyceluj kompas w kierunku planety o nazwie Sukces.

BARAN 21.03–20.04

Uczysz się i zdobywasz doświadczenie w różny sposób, ale przede wszystkim jesteś gotowa przyjąć lekcję miłości. W połowie września Merkury dołącza się do duetu Urana i Plutona, przynosząc w równym stopniu niespodzianki i niepokoje. Nie będziesz umiała oprzeć się komuś i chociaż wiesz, że ta osoba wiąże się z ryzykiem, uznasz, że warto je podjąć. Czas pokaże, czy miałaś rację. Możesz też znaleźć się z partnerem lub kolegą po przeciwnych stronach i będzie cię kusiło, by odejść. Byłaś już kiedyś w takiej sytuacji, zatem tym razem, zamiast zrywać związek, lepiej spróbuj poradzić sobie z problemem. Może ci teraz brakować sił, więc jeśli czujesz się wyczerpana i nie ze wszystkim nadążasz na bieżąco, nie zmuszaj się do wysiłku. Jeśli od razu zajmiesz się swoim zdrowiem, oszczędzisz czas i unikniesz zmartwień.

BYK 21.04–20.05

Wenus składa teraz coroczną wizytę w sferze relacji, budząc do życia miłość i pozwalając ci odkryć, że jest gdzieś ktoś, kto się tobą zachwyca. Można przez to rozumieć, że chodzi o ludzi, którzy doceniają twoje zdolności i wysiłki, o zaproszenie na specjalne wydarzenie lub o rozwój bliskiego związku. Jeśli szukasz miłości, Wenus uczyni wszystko, aby pomóc ci ją znaleźć. Jednoczesna obecność Saturna w tej samej strefie pomoże ci sfinalizować jakąś umowę, ale jednocześnie uświadomi, w którym miejscu twoje nadzieje są pozbawione realizmu. Nie bądź więc zaskoczona, jeśli około 7 i 16 września wydarzy się coś, co zmusi cię do działania. We wrześniu będziesz wyjątkowo kreatywna. Pozwoli ci to znajdywać innowacyjne rozwiązania albo rozwijać nowe przedsięwzięcia.

BLIŹNIĘTA 21.05–21.06

Teraz w centrum uwagi planet znajdzie się wszystko, co dotyczy domu. Wiele Bliźniąt będzie planować przebudowę mieszkania, zmianę wystroju lub przeprowadzkę. Za sprawą narodzin lub ślubu niektóre Bliźnięta mogą nawet powitać nowego członka w rodzinnym gronie. Ruch i swoboda potrzebne ci są do dobrego samopoczucia, ale od czasu do czasu potrzebujesz zarzucić kotwicę, a wrzesień to idealny miesiąc, by się uspokoić i zająć porządkowaniem domu. Dzięki Plutonowi uda się rozwiązać wiele problemów, które stały na przeszkodzie biznesowych lub finansowych działań, chociaż w niektórych przypadkach może się okazać, że mądrzej byłoby wykorzystać twoją energię i fundusze w inny sposób. Poniekąd dotyczy to również związków. Jeśli ktoś sprawia ci więcej bólu, niż daje radości, może czas się pożegnać.

RAK 22.06–22.07

W twoim horoskopie czuje się już babie lato. Cokolwiek zaplanowałaś, weź sobie trochę wolnego i zacznij cieszyć się życiem. Dzięki temu pod koniec miesiąca wrócisz do obowiązków wypoczęta i z głową pełną nowych pomysłów. Czekają cię również sprawy natury prawnej i dotyczące edukacji – być może zapiszesz się na studia, będziesz doradzać innym lub zaczniesz walczyć z biurokracją, aby twój projekt mógł wystartować. Pełnia Księżyca 19 września zapowiada zamknięcie jakichś spraw, co oznacza, że jest to najlepsza chwila, by składać podpisy na dokumentach. Połowa miesiąca może być ważna także z innych powodów, a jeśli jakieś przedsięwzięcie wydaje się niepewne, najbliższy miesiąc okaże się w tej sprawie rozstrzygający.

LEW 23.07–23.08

Choć nadszedł okres najbardziej w całym roku wypełniony wydarzeniami, masz w sobie śmiałość i determinację, by osiągnąć swoje cele – materialne albo bardziej romantycznej natury. Jednak entuzjazmowi i zapałowi towarzyszy niecierpliwość i przy niejednej okazji trzeba będzie zagryźć wargi, by utrzymać sprawy pod kontrolą. W pierwszej połowie września Saturn wystawi cię na próbę, ale ty dobrze wiesz, co zrobić – przeszkody zamienisz w swoją szansę. Jeśli załatwiasz teraz coś z przełożonymi w pracy albo masz do czynienia z osobami starszymi, bądź gotowa przełknąć dumę i zaakceptować ich terminy i warunki. Powinnaś też zdecydować, która sprawa jest najważniejsza do załatwienia, i na niej się skupić. Zaczyna się teraz również nowy cykl dotyczący finansów, co może znaczyć podwyżkę albo jakieś inne wydarzenia, dzięki którym się wzbogacisz.

PENNY THORNTON astrolożka, autorka książek, wykładowczyni. Jej klientką była księżna Diana. – Moją pasją poza partnerem i trzema synami jest gotowanie, opera i podróże – mówi o sobie.

WAGA 23.09–23.10

Dziwne rzeczy się dzieją, gdy planety w twoim znaku znajdują się w 12. domu horoskopu. Często towarzyszą temu irracjonalne lęki, niesamowite sny i nagłe impulsy do działania, dlatego powinnaś pamiętać, że nie wszystko jest takie, jak się wydaje. We wrześniu na pierwszym miejscu powinnaś postawić swoje zdrowie. Właśnie teraz warto wybrać się na przegląd do dentysty i na ogólne badania. Jeśli masz jakiś zdrowotny problem, zajmij się nim jak najszybciej, bo jest ku temu najbardziej odpowiedni moment. Twoimi finansami zaopiekuje się Wenus, co oznacza poprawę sytuacji, a nawet mile widziany bonusik, chociaż nie spodziewaj się, że około 18 września ludzie będą przesadnie szczodrzy czy tryskający optymizmem. Pilnuj rachunków, a wszystko pójdzie dobrze. 22 września słońce wejdzie w twój znak. Nastawi cię pozytywnie do świata i zmieni klimat na bardzo romantyczny. To będą naprawdę szczęśliwe dni.

SKORPION 24.10–22.11

Miesiąc, w którym Wenus jest w twoim znaku, będzie pełen radości i przyniesie ci wiele sukcesów. Jednak zanim zechcesz to uczcić, kupując skrzynkę najlepszego szampana, weź pod uwagę Saturna. Ta planeta zawsze sprowadza cię na ziemię, czasami nawet z hukiem, więc około 9 i 17 września bądź przygotowana na trudne lądowanie. Jakiś projekt może utknąć w martwym punkcie, urządzenie nawalić, a ktoś okaże się nieczuły na twój wdzięk i nie doceni twoich zdolności. Nie marnuj czasu na sprzeczki i obwinianie innych. Możesz mieć wpływ na to, co się wydarzy, zatem przy odrobinie szczerości i dobrej woli odwrócisz bieg rzeczy. We wrześniu pewne przedsięwzięcie się skrystalizuje i zostanie dopięte na ostatni guzik, będziesz też mogła trwale z kimś się związać. Szukaj we wszystkim dobrych stron, a na pewno je znajdziesz.

STRZELEC 23.11–21.12

Skupienie się na jednym zadaniu to nadludzki wysiłek dla niebiańskiego Strzelca. Jesteś stworzona, by mieć liczne przedmioty zainteresowania, i lubisz mieć do wyboru różne opcje. Teraz jednak bardzo wiele przemawia za tym, abyś całą energię skierowała na osiągnięcie jednego celu. Właśnie we wrześniu pojawi się dla ciebie najwięcej możliwości, by piąć się w górę. Być może masz już na oku nową pracę, na horyzoncie pojawi się awans albo coś natury osobistej jest w zasięgu ręki. W twoim życiu otworzą się nowe ważne rozdziały, a stare się zamkną. Jeśli planujesz przeprowadzkę albo przeżywasz syndrom opuszczonego gniazda, działasz w zgodzie z gwiezdnymi planami. Romans na razie zejdzie na dalszy plan, ustępując miejsca sprawom zawodowym i finansom, a jeśli wyda ci się, że coś się psuje w twoim związku, nie wpadaj w panikę. Jest szansa, że relacja wkracza w nowy etap i potrzebuje trochę czasu na oddech.

KOZIOROŻEC 22.12–20.01

Poszerzanie horyzontów to wspaniała rzecz, jakkolwiek by się to przejawiało. Niektóre Koziorożce mogą podróżować za granicę, a inne otworzą się na nowe, zupełnie odmienne doświadczenia. Wycofanie się i oderwanie od rutyny będzie doskonałym antidotum na wszystkie zawirowania, które działy się w sierpniu. Często bywasz aż nadto ostrożna, dlatego wykorzystanie twoich możliwości czy nawet spełnienie marzeń, przeciąga się. Musisz zacząć realizować swoje pomysły, bo teraz naprawdę jest szansa, że osiągniesz sukces. Ta rada dotyczy zarówno zawodowych spraw, jak i życia prywatnego. Po weekendzie 9 września zmaleje wpływ Urana i Plutona, co ma swoją dobrą stronę, ponieważ pomoże ci uporządkować pewną sferę życia, ale równie dobrze może popsuć któryś z twoich planów. W obu przypadkach odniesiesz korzyść, bo niektóre sprawy ujrzysz dużo wyraźniej.

WODNIK 21.01–19.02

Nawet jeśli pieniądze nie są dla ciebie najważniejsze, musisz przyznać, że bardzo ułatwiają życie. A wrzesień to kluczowy miesiąc, by wrócić do finansowej równowagi i prowadzić rozmowy z ludźmi interesu. To również najlepszy czas, by wyrównać stare rachunki i naprawić zawodową lub romantyczną relację. Zanim złożysz jakąś propozycję lub wyrazisz opinię, najpierw posłuchaj, co powiedzą inni – ludzie prawdopodobnie mają ukryte plany, więc im mniej dowiedzą się o twoich, tym lepiej. Saturn nadal ma duży wpływ na twoje sprawy, więc około 9 i 16 września trzeba się spodziewać, że znów przywoła cię do rzeczywistości. W tym czasie nie lekceważ kogoś, kto potrafi naruszyć twoje ochronne zabezpieczenia. Po 22 września pojawią się odległe miejsca i pochodzący z daleka ludzie, z którymi niektóre Wodniki odbędą długie podróże, a inne głębokie i wiele znaczące rozmowy.

RYBY 20.02–20.03

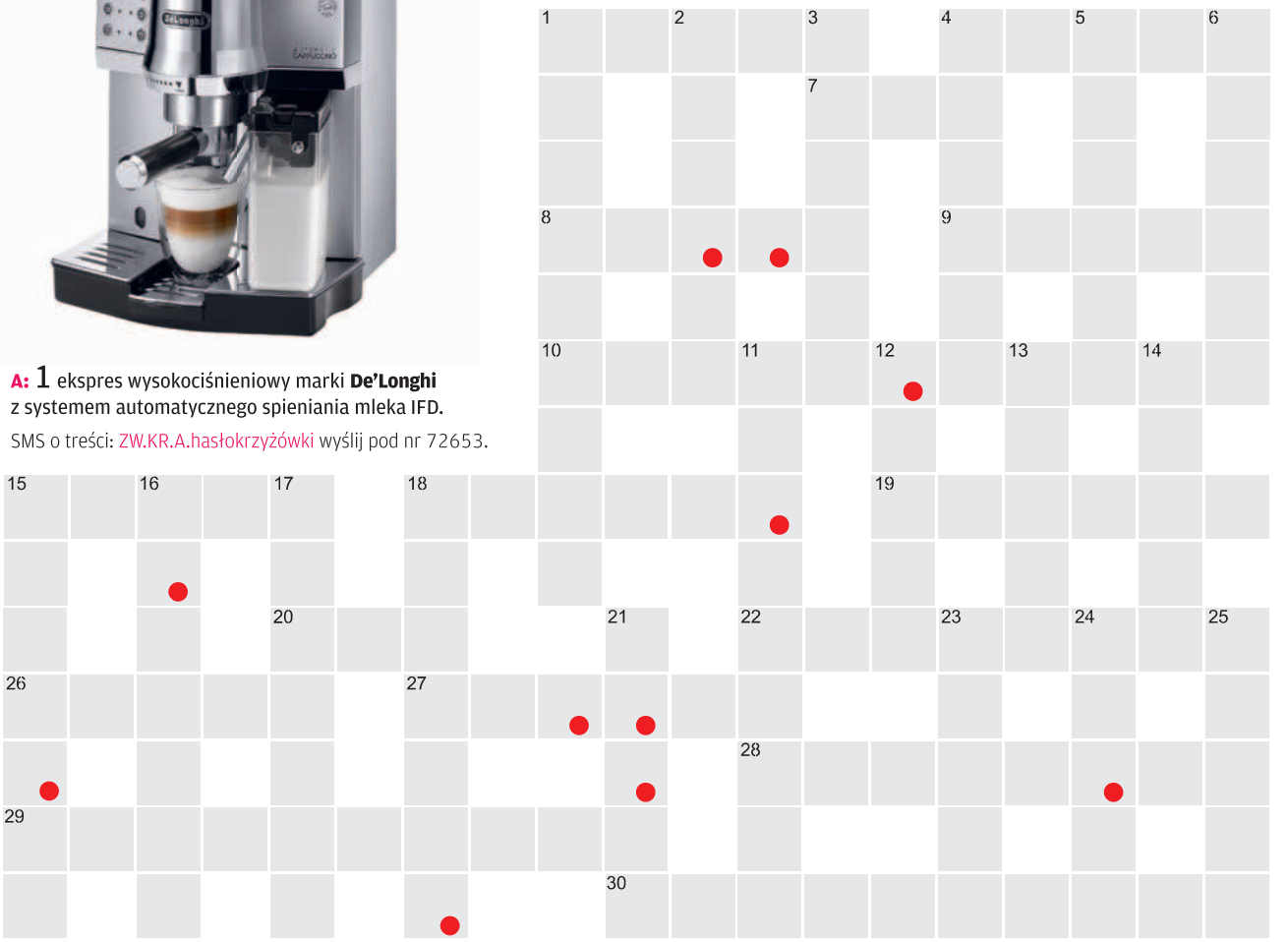
To, że jesteś wolnym duchem, wcale nie znaczy, że ludzie nie są ci w życiu potrzebni, o czym z pewnością przekonasz się we wrześniu. Dla wielu Ryb to miesiąc, w którym podpiszą kontrakty, a także podejmą decyzje co do przyszłości związków – tych o charakterze profesjonalnym lub prywatnym. Ludzie są gotowi dzielić z tobą uczucia – a nawet swoje życie i dochody – a do ciebie będzie należało słuchać i uczyć się. Tylko wtedy będziesz mogła wyrażać swoje opinie i ustalać warunki. To nie jest czas, by się roztkliwiać nad pewną osobą, teraz musisz być realistką. Powinnaś ustalić konkretne zobowiązania i jeśli od razu nie zabezpieczysz się przed potencjalnymi problemami, relacja z partnerem będzie trudna. 19 września nastąpi jedyna w tym roku pełnia Księżyca w Rybach. Pewne twoje starania lub związek wrócą do punktu wyjścia i albo przybiorą nowy kierunek, albo w naturalny sposób się zakończą.

ILUSTRACJA: ANDRZEJ WIETESZKA. ZDJĘCIE: ARCHIWUM PRYWATNE.

KRZYŻÓWKA

A: 1 ekspres wysokociśnieniowy marki **De'Longhi** z systemem automatycznego spieniania mleka IFD.

SMS o treści: ZW.KR.A.hasłokrzyżówki wyślij pod nr 72653.



POZIOMO: **1.** *element gry wstępnej* **4.** *przed Hołdem pruskim* **7.** *występuje w grupie Raz Dwa Trzy* **8.** *posiłki bez jedzenia* **9.** *lego i logo murarza* **10.** *ryzyko fizyka* **15.** *w politycznym cyrku* **18.** *zakuty łeb* **19.** *gdy się przelewa* **20.** *pracujący* **22.** *panuje w modzie* **26.** *wybiegi prestidigitatora* **27.** *bak na żuka* **28.** *wyraz na pomoc* **29.** *niezły pasztecik* **30.** *x w mnożeniu*

PIONOWO: **1.** *napada, gdzie swędzi* **2.** *i ziębi, i grzeje* **3.** *kokosy mlekiem i miodem płynące* **4.** *czarno na białym* **5.** *lecą w kulę* **6.** *bez ogródek: intruz* **11.** *boisko bramkarza* **12.** *miniatura Mariańskiego* **13.** *prababka Darwina* **14.** *prezent bez pudła* **15.** *stoi za drzwiami bez klamek* **16.** *pióro z piórami* **17.** *śpiewa, jak mu nie zagrają* **18.** *dziatki dziadków* **21.** *otacza Finlandię* **23.** *damy, z damą* **24.** *dwójka z tańca* **25.** *Wieprz, który dorwał się do koryta*

LITERY Z PÓL OZNACZONYCH CZERWONYMI KROPKAMI TWORZĄ W KOLEJNOŚCI HASŁO KRZYŻÓWKI.

Prawidłowe rozwiązanie prześlij SMS-em pod numer 72653 o treści zgodnej z wybranym rodzajem nagrody (patrz: treść SMS-a pod nagrodą). W SMS-ach prosimy nie używać polskich znaków. Na SMS-y czekamy od 22 sierpnia do 25 września 2013 roku. Organizator: Wydawnictwo Zwierciadło Sp. z o.o. Koszt SMS-a to 2,46 zł z VAT.

Dane osobowe uczestników konkursu będą przetwarzane przez organizatora konkursu, tj. Wydawnictwo Zwierciadło Sp. z o.o., w celu realizacji umowy przystąpienia do konkursu i jego prawidłowego przeprowadzenia lub marketingu własnych produktów organizatora konkursu. Gwarantujemy prawo do wglądu do swoich danych osobowych oraz ich poprawiania, jak również żądania zaprzestania przetwarzania danych. Dane osobowe nie będą udostępniane innym podmiotom. Podanie danych jest dobrowolne.

Rozwiązanie krzyżówki z nr. 7/2013: ZŁOTA RĄCZKA. Lista laureatów na www.zwierciadlo.pl

B: 10 książek **„Słone ciasteczka. 10 opowiadań erotycznych" Katarzyny Miller.**

SMS o treści: ZW.KR.B.hasłokrzyżówki wyślij pod nr 72653.

C: 10 zestawów kosmetyków marki **DOVE.**

SMS o treści: ZW.KR.C.hasłokrzyżówki wyślij pod nr 72653.

D: 10 książek **„Czułym okiem" Tomasza Jastruna.**

SMS o treści: ZW.KR.D.hasłokrzyżówki wyślij pod nr 72653.

ZDJĘCIA: MATERIAŁY PRASOWE.

ADRESY

AGA PRUS www.agaprus.pl **ALDO** www.aldoshoes.com **APART** Janki k. Warszawy CH JANKI ul. Mszczonowska 3; Marki k. Warszawy CH M1 MARKI ul. J. Piłsudskiego 1; Warszawa CH GALERIA MOKOTÓW ul. Wołoska 12, CH TARGÓWEK ul. Głębocka 15, CH FORT WOLA ul. Połczyńska 4, CH WILEŃSKA ul. Targowa 72, CH WOLA PARK ul. Górczewska 124, CH BLUE CITY Al. Jerozolimskie 179, CH ARKADIA al. Jana Pawła II 82, CH REDUTA Al. Jerozolimskie 148, CH PROMENADA ul. Ostrobramska 75c, CH ZŁOTE TARASY ul. Złota 59, CH SADYBA BEST MALL ul. Powsińska 31, CH KLIF ul. Okopowa 58/72, Al. Jerozolimskie 29 www.apart.pl **ARYTON** www.aryton.pl **BETTY BLUE** www.bettyblue.it **CALZEDONIA** www.calzedonia.it/pl/ **CH CAROLINA HERRERA** Warszawa ul. Mysia 5; Zakopane Krupówki 29 **CLARKS** www.clarks.pl **COCKTAIL'ME** Warszawa ul. Mokotowska 52a www.cocktailme.pl **COS** Warszawa ul. Mysia 3 www.cosstores.com **DENI CLER** Warszawa ul. Kopernika 8 www.denicler.eu **DKNY** www.dkny.com **DREAM NATION** www.dreamnation.eu **EM CASHMERE** Warszawa ul. Szczygla 8 **FALKE** www.falke.com **FERRONI** www.ferroni.pl **FREY WILLE** www.frey-wille.com **FULL OF STYLE** www.fullofstyle.pl **FURLA** www.furla.com/en/ **GINO ROSSI** www.gino-rossi.com **H&M** www.hm.com/pl **HORN & MORE** Warszawa ul. Chopina 5b **HUGO** www.hugoboss.com **INTENSO** Warszawa ul. Nowy Świat 5 **JOANNA KLIMAS** Warszawa ul. Nowolipki 2 **JOANNA R. WODZIŃSKA** www.joannawodzinska.pl **JUSTYNA CHRABLESKA** www.justynachrabelska.com **KAZAR** www.kazar.pl **LA PERLA** Warszawa VITKAC ul. Bracka 9 **ŁUKASZ JEMIOŁ/SPACE** Warszawa ul. Kredytowa 1 www.mostrami.pl **MANILA GRACE** www.manilagrace.com **MARILYN** www.marilyn.pl **MARIUSZ PRZYBYLSKI** Warszawa ul. Wilcza 8 **MAXMARA** Warszawa ul. Nowy Świat 1 **MMC** www.mostrami.pl **MONNARI** www.monnari.com.pl **MUM & CO** www.mumand.co **NET4CHIC** www.net4chic.com **OBAKU** www.obaku.com **PAJONK** pajonkm@yahoo.pl; www.shwrm.pl **PARFOIS** www.parfois.com **PINKO** Warszawa CH KLIF ul. Okopowa 58/72 www.pinko.it **REPORTER** www.reporter.com.pl **ROBERT KUPISZ** Warszawa ul. Mokotowska 48 www.robertkupisz.com **SABRINA PILEWICZ** www.sabrinapilewicz.com **SARENZA** www.sarenza.pl **SIMPLE** Warszawa CH GALERIA MOKOTÓW ul. Wołoska 12, CH KLIF ul. Okopowa 58/72 www.simple-cp.com **SPOTRMAX** www.sportmax.com **STEFANEL** Warszawa CH GALERIA MOKOTÓW ul. Wołoska 12, CH ARKADIA al. Jana Pawła II 82, CH KLIF ul. Okopowa 58/72 **TERESA ROSATI** Warszawa CH PANORAMA al. Witosa 31 **TFH** Warszawa ul. Szpitalna 8 **TOUS** Katowice SILESIA CITY CENTER ul. Chorzowska 107; Kraków BONARKA CITY CENTER ul. Kamieńskiego 11; Łódź MANUFAKTURA ul. Jana Karskiego 5; Poznań STARY BROWAR ul. Półwiejska 32; Warszawa CH GALERIA MOKOTÓW ul. Wołoska 12; Wrocław MAGNOLIA PARK ul. Legnicka 58 www.touspolska.pl **VENEZIA** www.venezia.pl **W.KRUK** www.wkruk.pl **ZOFIA CHYLAK** www.chylak.com

reklama

zwierciadlo.pl

Zapisz się na **newsletter**

najciekawsze artykuły tygodnia

nowości książkowe

konkursy z nagrodami

WIĘCEJ

na zwierciadlo.pl

ZDJĘCIE: 123rf.com

DOMO nie wiadomo

Od pewnego czasu żyjemy budową domu. Pierwszego naszego i dlatego może ta utrata budowlanego dziewictwa tak bardzo boli. Wszystko kręci się wokół zmiennej pogody, formy robotników, dachu, ocieplania i cegieł. Podczas śniadania obok jajek leżą fragmenty elewacji i próbki kolorów. Strach, że któregoś dnia zjem kanapkę z fragmentem płytki bitumicznej, doprowadził do tego, że zacząłem chudnąć w oczach. Budowa tak wkroczyła w nasze życie, że nasze pożycie również ulega przebudowaniu. Oto jestem niecnie zdradzany, a moje miejsce powoli zajmuje mocno zbudowany, o silnych fundamentach, krzepki betonowy kochanek. W oczach mojej kobiety widzę tylko betonowe wylewki i sklejkowe profile, a jej romantyczne spojrzenie stężało jak pianka poliuretanowa. Może gdybym spalił się na cegłę, to w jakiś sposób scementowałoby nasz związek, lecz gdzie mi tam z taką powierzchnią klatki do rosnącego konkurenta. Zdrada ma jeszcze drugie oblicze. Oblicze medialne i propagandowe. Mój lęk potęguje towarzyszący budowie kanał DOMO. Moja dzielna konstruktorka dzień zaczyna i kończy z telewizją DOMO, co jeszcze podkręca stan napięcia, którego na naszej budowie mamy wystarczająco dużo. Bo jak tu w miarę spokojnie myśleć o budowie, gdy z telewizora sączy się: „...Pan i pani Wilson nie mają już żadnej nadziei. Kredyt się skończył, budowa stoi. Sytuacji nie polepsza fakt, że przypadkiem postawili dom na starym cmentarzysku Indian. Pani Wilson z przerażeniem patrzy na wchodzącą na teren jej sypialni ekipę archeologów, którzy oznaczają teren pochówku szamana Biegnącej Stopy...".

Próbuję się pocieszać, że przecież w Polsce nie było Indian, a ten dziwnie rzeźbiony pal na naszej działce to nie był Światowid. Ale już kolejne atrakcje płyną z DOMO: „...Nie wiem, jak to się stało, że dach nam spadł na głowę, a podłoga złożyła się pod mężem. To właśnie tej nocy inwestorka Jilly osiwiała i straciła chęć na budowę wymarzonego domku jednorodzinnego. Mąż nie może rozmawiać, bo szczękę ma na zawiasach. To jedyny plus tej inwestycji, że przynajmniej zawiasy miał swoje...". „Cholera – myślę sobie – to tak, jakby ktoś, kto przeżył drugą wojnę światową i oglądał nieustannie WAR TV 48 lub kanał WOJNA. Bitwy i tragedie całą dobę". Za każdym razem, gdy oglądam DOMO, mam ochotę brać młotek i lecieć na budowę trzymać mury i powstrzymywać deszcz zaklęciami. Plus jest jednak taki, że dzięki kanałowi zaczynam zadawać fachowe pytania, czym czasem zaskarbiam sobie uznanie żony, ale, niestety, budzę śmiech robotników. Do dziś pamiętam, jak spytałem o więźbę dachową na naszym płaskim jak lodowisko dachu. Druga sprawa to reakcje przyjaciół. Te mogą budującym dom naprawdę zburzyć fundamenty: „Budujecie dom? W waszym wieku? Po co to wam?". A co, mając 45 lat, mam w prześcieradle czołgać się na cmentarz? Zasuszyć się w garażu, wejść do słoika i przestać oddychać? Tak, mam ochotę mieć ogródek i go nie podlewać, a także dać mu zostać hipsterem i zarosnąć. Mam ochotę nie spać, gdy pies sąsiadów szczeka, i walczyć z kretami na swoim! W takim momentach stoję nomen omen murem i walczę jak dziki o prawo do zabudowania ojcowizny i wyhodowania drzewa i syna. Co prawda ONA powoli staje się budowlańcem, traci gdzieś swój czar i nabiera chropowatości, ale muszę być jej podpórką i spoiwem. I cegłą, choć w temacie budowania bliżej mi do pustaka.

Reakcje przyjaciół mogą budującym dom NAPRAWDĘ ZBURZYĆ fundamenty... *

Morał: Dom musi być dwojgiem zbudowany. ●

**Wszelkie prawdopodobieństwo jest nieprawdopodobne.*

ZDJĘCIE: RAFAŁ MASŁOW.

SZYMON MAJEWSKI *dziennikarz, showman, autor i prowadzący poranny „Szymorning" w Radiu Eska. Na YouTube ma swój program „Szymon Majewski SuperSam".*

Adresy sklepów gdzie znajdziesz SHEEN:

Dolnośląskie: Brylant, Karpacz - www.casio-polska.pl | Time Trend Pasaż Grunwaldzki - pl. Grunwaldzki 22, Wrocław | **Kujawsko-pomorskie**: Jubiler Diament - ul. Kr. Jadwigi 21, Inowrocław
Lubelskie: Marex E.M.M. Przybyłowicz, Chełm - www.marexchelm.pl | Korn C.H. Leclerc - ul. T. Zana 19, Lublin | Montres, Świdnik - www.casiosklep.pl | **Lubuskie**: EDWA - ul. Sikorskiego 12, Gorzów Wielkopolski
Łódzkie: Time Trend Gal. Łódzka - ul. Piłsudskiego 15/23, Łódź | Time Trend C.H. Manufaktura - ul. Karskiego 5, Łódź; **Małopolskie**: Time Trend C.H. Bonarka - ul. Kamieńskiego 11, Kraków
Time Trend Gal. Krakowska - ul. Pawia 5, Kraków | YES C.H. Sandecja - ul. Węgierska 170, Nowy Sącz | Sezam Buczek C.H. Gemini - ul. Nowodąbrowska 127, Tarnów
Mazowieckie: Zegarownia - ul. Witosa 31/225, Warszawa | Time Trend Gal. Mokotów - ul. Wołoska 12,Warszawa | Time Trend C.H. Złote Tarasy - ul. Złota 59, Warszawa
Time Trend C.H. Auchan - ul. Puławska 46, Piaseczno | **Podkarpackie**: YES Gal. Sanowa - ul. Brudzyńskiego 1, Przemyśl | Demus C.H. Europa- ul. Piłsudskiego 34, Rzeszów
Podlaskie: Time Trend Gal. Biała - ul. Miłosza 2, Białystok | **Pomorskie**: Time Trend C.H. Klif - al. Zwycięstwa 256, Gdynia | **Śląskie**: Time Trend Gal. Sfera - ul. Mostowa 5, Bielsko-Biała
ime Trend C.H. Jurajska - al. Wojska Polskiego 207, Częstochowa | Perfect-Zibi C.H. Forum - ul. Lipowa 1, Gliwice | Time Trend C.H. Silesia - ul. Chorzowska 107, Katowice | Jubiler Karpisz- ul. Długa 4/9, Racibórz
Warmińsko-mazurskie: Jubirex C.H. Alfa - al. Piłsudskiego 16, Olsztyn | Salon zegarków Szukuć - ul. Wilczyńskiego 25 A/B, Olsztyn | **Wielkopolskie**: Time Square Jacek Zawiasa - ul. Zamenhofa 133, Poznań
Time Trend C.H. Stary Browar - ul. Półwiejska 42, Poznań | **Zachodniopomorskie**: Jubiler Sebastian Jurczak, Goleniów - www.firmowezegarki.pl | Time Trend Gal.Kaskada - al. Niepodległości 36, Szczecin

LANCÔME
PARIS

NOWOŚĆ
TAK SKUTECZNY, ŻE AŻ **68% KOBIET**
NIE WAHAŁOBY SIĘ POKAZAĆ
BEZ MAKIJAŻU.**

TWÓJ WYMARZONY KOLORYT CERY.
NAWET BEZ MAKIJAŻU.

NOWOŚĆ

DREAMTONE

1-SZY* KOMPLEKSOWY KOREKTOR KOLORYTU CERY
PRZEBARWIENIA PIGMENTACYJNE – NIERÓWNOMIERNY
KOLORYT – PRZEBARWIENIA POWIERZCHNIOWE

*Od Lancôme.
**Test samooceny przeprowadzony na 3 formułach DreamTone.

Zakupiono w Sklep - ebooki, audiobooki, e-gazety - GDZIE KUPIĆ - PARTNER NEXTO.PL: 1490754